



BEWUSSTSEIN &  
TANZ &  
VERBINDUNG



# TanzRaum

## Lebendigkeit - achtsame Begegnung - Grenzen wahren

**Wir spüren oft unsere eigenen Bedürfnisse nicht mehr und echte Verbindung zu anderen Menschen scheint schwer möglich.**

- Hast du das Gefühl, immer wieder in dieselben Beziehungsmuster zu geraten?
- Wünschst du dir mehr Lebendigkeit und echte Verbindung?

In einem **geschützten Raum** verbinden wir

**Körpererfahrung im Tanz** und **tieferes Verständnis über das Nervensystem.**

Im **Tanz** kommst du in Kontakt mit deinem **Körper** und es öffnet sich eine Tür zu deiner **Lebendigkeit** und **Lebensfreude**. Wir tanzen allein, zu zweit und in der Gruppe.

Wenn du beginnst zu verstehen, wie dein **Nervensystem** auf Begegnung, Nähe und Stress reagiert, entsteht Raum für **Mitgefühl** und **neues Bewusstsein**.

**Diese Kombination ermöglicht dir, dich selbst und deine Bedürfnisse besser zu spüren und Begegnung im Tanz neu zu erleben.**



**Workshop 6 x Freitags**  
**20.02. bis 27.03.2026**  
19:00 – 21:30 Uhr



Kosten 150 €



0664 73 98 27 44 oder  
0650 722 14 60



Henndorf Gemeindeamt, 1. Stock  
Hauptstraße 65

**Wir freuen uns auf dich!**  
**Petra und Nicole**



[www.lebensbruecke.at](http://www.lebensbruecke.at)