

Offener Abend und Tagesworkshop mit Dagmar Cee

5-Rhythmen Lehrerin Dagmar Cee aus Berlin bietet zusätzlich zu ihrem Tagesworkshop einen offenen 5-Rhythmen-Abend an.

Wild Waves

Offener 5-Rhythmen-Abend in Winterthur Samstag, 2. Oktober 2010

19.30 Uhr – 22.00 Uhr, ohne Voranmeldung

Ein angeleiteter 5 Rhythmen-Abend zum Eintauchen in Körper und Bewegung

Roots & Basics

5-Rhythmen-Einführungsworkshop Sonntag, 3. Oktober 2010, Winterthur

11.00 – 18.00 Uhr, mit Voranmeldung

Set your body in motion and your psyche will follow, put your psyche in motion and it will heal itself.
Gabrielle Roth

Die 5Rhythmen™ sind eine einfache, wie auch tiefgehende dynamische Bewegungsmeditation, die dich darin unterstützt, in bewussten Kontakt mit dir selbst und deinen Mitmenschen zu treten und empfänglicher zu werden für das, was wesentlich ist. Jeder einzelne der 5 Rhythmen – mit seiner eigenen Energiestruktur und Qualität – hält eine Lehre für uns bereit, die zu entdecken eine bewegte, lustvolle Reise sein kann. Ich lade dich ein, dich auf diese bewegte Reise zu dir selbst und deinem ganz eigenen Tanz zu begeben.

Dieser Workshop vermittelt einige grundlegende Arbeitsweisen der 5 Rhythmen™ und richtet sich an Menschen, die diese Bewegungs-Meditation kennen lernen oder an den Wurzeln vertiefen möchten.

Kosten

Offener Abend CHF 35.-

Tagesworkshop CHF 120.-

Beide Anlässe zusammen CHF 140.-

Ort

Winterthur, WU LIN Kampfkunstschule

Zürcherstrasse 41, Eingang 224

Anfahrt Auto: A1 Ausfahrt Winterthur-Töss. Nach Mc Donalds bei der Ampel nach rechts in die Jägerstrasse, dann 1. Strasse links ins Loki-Areal: Eingang 224. 2 Parkplätze vor dem Eingang.

Anfahrt ÖV: vom Bahnhof mit Bus 1/4/7/11 bis Haltestelle Loki

Zu Dagmar Cee

von Gabrielle Roth autorisierte 5-Rhythmen-Lehrerin, Fotografin und Medienkünstlerin. Infos zu ihr und ihrer Arbeit: www.dagmarcee.de

Anmeldung

(für Tagesworkshop) bis 23. September 2010 mit dem Online-Anmeldeformular.