

# **Wirksam werden**

## **Einkehrwochenende mit Tanz und Stille**

„Der Mensch kann mit Leib und Seele wunderbare Dinge wirken.“

Hildegard von Bingen

Im Innehalten Ausschau halten nach dem nächsten Schritt: Wo stehe ich und wo zieht es mich hin? Der Tanzraum lädt ein, dem Körper zu folgen – in eigene neue Formen und Bewegung ohne feste Vorgaben: Allein und in Gemeinschaft, umgeben von Natur, der Kraft der Inspiration und Kreativität vertrauen.

Ebenso gibt es Zeit zum Hören in der Stille – im Vertrauen auf die Verbindung zu Gott und den Fluss des Lebens. Meditationen in Stille und Tanzzeiten wechseln einander ab. Den Rahmen bilden Elemente aus Soul Motion® und Freiem Tanz, vielfältige Musik wird uns begleiten. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Leitung: Anna-Maria Lucas, Diplompsychologin und Soul Motion® certified Teacher und Petra Schober, Meditations- und Entspannungstrainerin?

Kosten: 230 € (incl. Seminar, Einzelzimmer und Verpflegung)