

WAS IST BIODANZA?

Biodanza setzt sich aus den spanischen Wörtern „bios“ – Leben, „danza“ – Tanz zusammen und bedeutet „Tanz des Lebens“.

METHODE

Sie basiert auf Tanz, angeleiteten Übungen, Prozess mit der Gruppe, durch Begegnungen, durch Augenkontakt, durch Berührungen. Biodanza nutzt Elemente wie Musik, Körperhaltung, Bewegung, Tanz ohne Schrittfolgen, alleine, zu zweit und in der Gruppe.

WIRKUNGSWEISE

Die Biodanza-Methode setzt viel tiefer als üblich an, nämlich dort, wo die Vernunft zurücktritt und Du Dich als ganzes Wesen erfährst – mit allem was Dich ausmacht.

Biodanza ist eine Methode der Selbstregulierung in der Gruppe. Deine verborgenen Potenziale können sich entfalten. Biodanza beschleunigt einen Prozess auf molekularer, zellulärer, neurologischer und existenzieller Ebene und arbeitet innerhalb eines menschlichen und universellen Rahmens.

BEGRÜNDER

Biodanza wurde von dem südamerikanischen Professor Rolando Toro entwickelt. Geboren in Chile – 1924 - 2010 – Dipl. Psychologe, Anthropologe, Dichter, Maler. Er war lehrendes Mitglied des Zentrums für anthropologische Medizin an der medizinischen Fakultät in Chile. Er beschäftigte sich ausgedehnt mit der Erforschung von Bewusstseinsweiterung. In der 1960er Jahren entwickelte Rolando Toro diese Methode. Biodanza verbreitete sich innerhalb von Südamerika – zunächst Argentinien und Brasilien, später Europa und dann weltweit.

* * *

- **Lebensfreude**
- **Erneuerung**
- **Genussfähigkeit**
- **Empathie**
- **Präsenz**

ANMELDUNG

.....
Name

.....
Vorname

.....
Strasse

.....
PLZ & Ort

.....
Mobil

.....
WhatsApp / Telegram

.....
Email

BIODANZA MIT BRIGITTE

KOSTEN

Schnupperabend	5 €
Einzelabend	15 €
Block 4 Abende	45 €

Bitte bequeme Kleidung und Wasserflasche mitbringen.
Wir tanzen barfuß oder in leichten Tanzschuhen.

* * *

Bitte die aktuellen Infos über die Corona-Regeln beachten:

3-G-Regel

genesen – geimpft – getestet

nur mit Voranmeldung

BIODANZA-TERMINE HERBST 2021

28. September	Schnupperabend
05. Oktober	Einlassen
12. Oktober	Begegnungen
19. Oktober	Lebensfreude
26. Oktober	Geben & Nehmen

Dienstag Beginn 19.30 Uhr
Einlass ab 19.15 Uhr
Anmeldung erforderlich!

Brigitte Kanning

Biodanza Leitung in Supervision
brigitte-biodanza@muenchen-mail.de
Mobil +49 175 89 63 83 96

Studio Ballett in Riem Messestadt Ost

Willy-Brandt-Allee 32
81829 München
Eingang links / Erdgeschoss
U2 Endstation – hinten aussteigen

BIODANZA FÜR DEINE LEBENDIGKEIT

