



## **Bewegung, Begegnung, Berührung...SEIN im Zukunftsdorf 22**

Claudia Dara und Basiro laden Dich zu einem Tanz- und Begegnungsnachmittag des Wohlergehens, mit heilsamen Körper- und Achtsamkeitsübungen ein.

Mit Elementen aus Meditation, Somatics, Embodiment, Energiearbeit, Musik und freiem Tanz erschaffen wir ein kreatives Feld. In diesem kannst Du tiefer in den eigenen Körper, die Lebendigkeit & den authentischen Selbstausdruck finden, in einen tänzerischen Dialog treten und Dich in achtsamer Präsenz austauschen, mit dem Erleben, damit angenommen zu sein.

"Jenseits von Richtig und Falsch gibt es einen Ort. Dort treffen wir uns." Rumi

Unser Angebot ist offen für alle, die an Bewegung und achtsamer Begegnung interessiert sind. Bitte bring eine Decke mit und für die Pause, zum leiblichen Wohl, gerne auch Kuchen und Getränke fürs Mitbringbuffet.

Die Gruppe ist auf 20 Teilnehmer begrenzt, eine Anmeldung wäre daher sinnvoll.

Lass uns das Leben erfahren und genießen, uns bewegen und begegnen!  
Wir freuen sich auf Dich!

Wir, das sind: Claudia Fisseler und Bernd Basiro Matuschek.

Als zertifizierte Tanz- und Bewegungspädagogen haben wir verschiedene Formate für Bewegung, Begegnung, Berührung, Tanz & Sein, mit und ohne Körperkontakt, teils in der Natur, entwickelt. Mehr zu uns findest Du auf unserer Webseite: [www.4you2.life](http://www.4you2.life)