

“kom...kom in de tuin”

dansdag
5 september
2024

10.00 – 15.00



Dansdag met Jeaneth de Witte – Smit en Claudia Schraml – Tigler

*Kom..., kom in de tuin
hij wil je omhelzen
zich in jou openen
zich verspreiden
tot je vervuld bent
en weet
je bent geliefd.*

Margret Roeckner

Tuinen zijn afgebakende, beschermde ruimtes, toevluchtsoorden. Erin vertoeven, er doorheen wandelen, genieten van hun schoonheid, uitrusten, doet ons goed. Een tuin voedt al onze zintuigen. Net als dans is de tuin een plaats van ontspanning en contemplatie, maar ook van plezier en vreugde.

Over Jeaneth en Claudia

Jeaneth de Witte - Smit

Deze dansvorm is voor mij een weg in de stilte. Het laat me concentreren op het wezenlijke en brengt me altijd weer naar een basis terug. De muziek opent mijn ziel. Ik voel vreugde, stilte en verdieping.

Claudia Elisa Schraml-Tigler

In dans ervaar ik vreugde, lichtheid en luchtigheid, vind ik mijn eigen hartcentrum en mijn verlangen. Ik druk uit wat me beweegt.

Beiden hebben een opleiding en een Aufbaustudium gevolgd aan het *Ausbildungsinstitut Meditation des Tanzes – Sacred Dance*. Regelmatig volgen wij bijscholingen.

De muziek, de choreografieën en de stilte hebben een balancerend en ontspannend effect. De dansen zijn zo gekozen dat zowel beginners als meer ervaren dansers mee kunnen doen.



locatie

Wij dansen in het landelijke meditatie- en ontmoetingcentrum Benediktshof bij Münster. We hebben een ruime dansruimte tot onze beschikking met uitzicht op de groene omgeving. Bij mooi weer kunnen we zelfs even dansen midden in de kleurrijke bomen- en bloementuin.

Informatie vind je www.benediktshof.de



deelname

De bijdrage is € 30 – 50 (naar eigen inzicht en mogelijkheden)

Je kunt je eigen koffie/thee/lunch meenemen. Er is een keuken waar we gebruik van kunnen maken.

Aanmelden graag voor 10 augustus 2024:

Jeaneth de Witte:

E-Mail: jeanethdewitte@icloud.com

Claudia Schraml-Tigler:

E-Mail: c.schraml-tigler@t-online.de

contact

Zonne-Wende (sinds 2006) gaat over een pas op de plaats maken. Even stilstaan bij jezelf. Zonne-Wende reikt je een manier van kijken aan om aandacht te geven aan je innerlijke groei. Zodat je nieuwe stappen kunt zetten. Vanuit rust (weer) in beweging. Dat is de essentie van Zonne-Wende.



praktijk: Welhaak 31, 7672 AB Vriezenveen
cursuslocatie: Waterkracht 10, 7671 RS Vriezenveen
contact@zonne-wende.nl
www.zonne-wende.nl
tel. 06 – 144 50 201