

Frigörande Dans



Sparka av dig skorna och låt rytmen och musiken ta din kropp och själ i besittning för en stund.

Dansa det som är Du -just nu- och tillåt Dig att njuta av det!

Vi släpper all prestation och alla förväntningar på att dans och rörelse ska se ut på ett visst sätt.

Låt rytmerna och pulsen inspirera din kropp att röra sig precis som den vill...

Dansa din glädje, dansa din sorg, dansa din ilska och kraft! Dansa in i närvaron....till livet.

Våren 2012

Öppna dans-sessioner: Tisdagar kl.16.30-17.45

Varannan vecka (ojämna veckor) med **START Tisd 31 Januari!**

Datum: 31 jan / 14 feb / 28 feb / 13 mars / 27 mars / 10 april / 24 april

Investering: 550 kr / 5 gånger eller 130 kr per gång.

Anmälan: Tacksam för anmälan (du behöver portkod för att komma in)

Lokal: Carl Krooksgata 9, "Helsingborg Wellness" (intill biblioteket)

För info och anmälan: Iréne Lidbeck, email: irenelidbeck@telia.com

Tel: 042- 36 79 62 / 0706- 87 41 08

www.helsingborgwellness.se

Ta med: vattenflaska och "rörliga" kläder.

Inga förkunskaper krävs.

Alla är Välkomna, man som kvinna , oavsett ålder (från 18 år) och eventuella fysiska hinder, då var och en rör sig på sitt sätt och utifrån sina förutsättningar.

Välkommen!

