



Meditatives Tanzen

Zur Ruhe finden, sich in der lauten Welt wieder verorten – dazu laden meditative Tänze ein.
Den Körper im Tanzen wahrnehmen, sich auf Musik und Choreographie einlassen, üben «ganz gegenwärtig sein» – das hat positive Wirkung auf Seele und Wohlbefinden.
Und so lade ich mit meinem Angebot zu dieser Tanz-Art ein.

Für wen ist dieses Angebot?

Meditatives Tanzen ist für alle, die sich auf diese Art von Tanzen einlassen möchten. Bei diesem Tanzen richtet man sich auf eine Mitte aus – meine Mitte wurzelt im christlichen Glauben.
Die Tänze werden meistens im Kreis getanzt, sie leben von der Wiederholung.
Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Wann & Wo & Wieviel?

Ca. 1x / Monat von 19.45 bis 21.00 Uhr

Daten 2026:

2. Oktober; 4. Dezember

Daten sind auf lilyrose-mueller.ch und refuster.ch zu finden

Ort: Kirchgemeindehaus Kreuz, Zentralstrasse 40, Uster
Pausengetränk bitte selber mitbringen

Kosten: freiwilliger Unkostenbeitrag

Für Fragen stehe ich gerne zur Verfügung

Elsbeth Müller

LilyroseMüller
rund-um-gesund

*offen
beten
geduldet*

Tel. 077 235 51 09
Email: rundum@lilyrose-mueller.ch
www.lilyrose-mueller.ch