



Termine:  
Okt. - Dez. 2016

# Körper und Seele in Bewegung

## Was ist body & soul moves?

Es geht nicht nur um das offensichtliche körperliche Tanzen bzw. Bewegen. Es geht um die ganzheitliche Betrachtung und Erfahrung von sich selbst. Das kann auch in ganz subtilen, fast unscheinbaren Bewegungen erfolgen. ...vielleicht bewegt sich auch manchmal nur die Seele...

## Für wen ist es geeignet?

Die Antwort ist ganz einfach: Für alle!

Lasst Euch vertrauensvoll darauf ein. Es werden keine persönlichen Grenzen überschritten und stets ein respektvoller und empathischer Umgang gepflegt. Jeder geht genau so weit, wie er gehen möchte.

## Was passiert in einer body & soul moves -Einheit?

So eine Einheit ist nicht immer genau zu planen, denn der Sinn liegt darin, spontan und gefühlvoll auf den Augenblick und auf die verschiedenen Teilnehmer einzugehen. Wir werden aber aus folgendem Pot und Techniken, in denen ich Erfahrung habe, schöpfen können:

- freier Tanz – Kreistänze - rituelle Tänze - heilsame Bewegungen – Körperwahrnehmungsübungen - geführte Meditationen - Erfahrungsaustausch
- Einzel- / Gruppen- und Paarübungen – Rollenspiele - Malen, Tönen, Singen - u.v.m.



## Termine/Preise/Anmeldung

Offene Gruppe für ALLE, die Lust haben:

5 Termine an Freitagen, jew. 18-21 Uhr:  
7.10./28.10./11.11./25.11./16.12.

Geschlossene Gruppe – Brustkrebsbetroffene:

5 Termine an Donnerstagen, jew. 18-21 Uhr:  
6.10./27.10./10.11./24.11./15.12.

Ort:

Jaleo Studio, Dammstrasse 12, 6890 Lustenau

Preis je Zyklus (5 Einheiten je 3 Std.):

Bei 6 -8 Teilnehmern je EUR 105,-

Bei 9-12 Teilnehmern je EUR 90,-

Mitglieder der Frauenselbsthilfe nach Krebs (<http://frauenselbsthilfe.at/>) und des Vereins Jaleo erhalten eine Ermäßigung von 5,-

Anmeldung/Info:

Verbindlich, schriftlich an [evelyn.flatz@gmx.at](mailto:evelyn.flatz@gmx.at)

Bezahlung am 1. Kursabend in bar.

Teilnehmerzahl: mind. 6 und max. 12

## Was brauchst Du um mitzumachen?

Du brauchst keinerlei Vorkenntnisse. Ansonsten einfach Folgendes mitbringen: bequeme Kleidung, Turnpatschen oder warme Socken, ein warmes Jäckchen, eine Decke, ein Polsterchen, falls vorhanden einen Sarong/großes Tuch. Das wär's dann schon...

Materialien wie Papier, Kreiden, udgl. werden von mir zur Verfügung gestellt.



Evelyn Flatz, Lustenau/Vorarlberg (A), + 43 699 10556705, [evelyn.flatz@gmx.at](mailto:evelyn.flatz@gmx.at)  
[www.body-and-soul-moves.jimdo.com](http://www.body-and-soul-moves.jimdo.com) [www.facebook.com/bodyandsoulmoves/](http://www.facebook.com/bodyandsoulmoves/)  
[www.brustkrebs-tanz.jimdo.com](http://www.brustkrebs-tanz.jimdo.com) [www.facebook.com/brustkrebstanztanz/](http://www.facebook.com/brustkrebstanztanz/)