

# NHV-Kurzworkshop

Shakti Dance mit Helga Bischel, Sant Kaur

Samstag 5. Mai 2018

von 15-17 Uhr im Sonnentor Haueneberstein,  
Bahnhofstr. 26a

Kosten: 10 EUR /NHV-Mitglieder kostenfrei

Shakti Dance® ist mit Bewusstsein und yogischer Weisheit praktizierter Tanz und verbindet fließende Yoga-Übungen mit Elementen aus Tanz und Mantrenmusik zu einer harmonischen Einheit. Gezielte energetische Arbeit und meditative Haltung führen zu einem intuitiven und freien Körperausdruck.

Shakti Dance® erlaubt unserem Körper, Leichtigkeit und Weichheit zu empfinden und bringt unsere Lebensenergie zum Fließen. Mentale Ruhe, geistige Klarheit und Ausgeglichenheit stellen sich ein. Körperliche und mentale Spannungen können sich lösen und die Bewegungen werden zu einem Ausdruck unseres Inneren. Genieße das Fließen und bereichere dein Leben durch mehr Anmut und Lebensfreude.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Info und Anmeldung:

Helga Bischel, Sant Kaur (Autorisierte Shakti Dance Trainerin)

Tel.: 07223-9532080 oder Mobil: 0171-3378854

Mail: [helga.bischel@t-online.de](mailto:helga.bischel@t-online.de)

[www.shaktidance-buehl.de](http://www.shaktidance-buehl.de)