



Freies Tanzen unter Frauen

Körper und Seele im Einklang

Für mehr Informationen zum Angebot und zur Anmeldung, einfach QR-Code scannen.



Tanzen als Weg zu innerer Stärke und Selbstwahrnehmung.

Dieses Angebot ist kein klassischer Tanzkurs, sondern ein geschützter Bewegungsraum für Frauen, in dem Körperwahrnehmung und Ausdruck im Vordergrund stehen.

Jede Stunde beginnt mit einem ruhigen Ankommen, Atmen und sanften Aufwärmbewegungen. Einfache Impulse laden dazu ein, sich frei und im eigenen Tempo zu bewegen – Kontakt zu anderen kann entstehen, ist aber freiwillig. Ideal für alle, die über Tanz mehr Verbindung zu sich selbst finden möchten. Das Angebot bietet:

- Freude an Bewegung
- Raum für Entlastung
- innere Balance
- kreatives Erleben

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Jede Frau ist willkommen - mit dem, was sie gerade mitbringt.

Wann?

Donnerstags von 10:30 – 12:00 Uhr

Wo?

Seminarraum
Fritz Reuter Str. 10
65189 Wiesbaden

Kostenlose Teilnahme

Anmeldung

Interessierende Personen können sich bei Ihrer Ansprechperson im Jobcenter melden und über den QR-Code oder per Mail an anmeldung@hage.de anmelden.

