



Tanzgarten lädt ein:

**Bewegt
den eigenen
Garten
erkunden**

Tanzgarten* lädt ein:

Bewegt den eigenen Garten erkunden

Für alle, die sich gerne bewegen oder sich immer schon wünschten, freier im Ausdruck zu werden. In einem sicheren Rahmen wagen wir gemeinsam (Tanz-)Schritte, stärken unser Körpergefühl, üben uns in Achtsamkeit. In geführten Bewegungssequenzen kannst du Bewegung entdecken, dich erholen und Ermutigung erfahren.

Keine Vorkenntnisse nötig. Bequeme Kleidung und Socken zum Bewegen.

Wann:

Freitag, 16. September, 19.30 bis 22.00

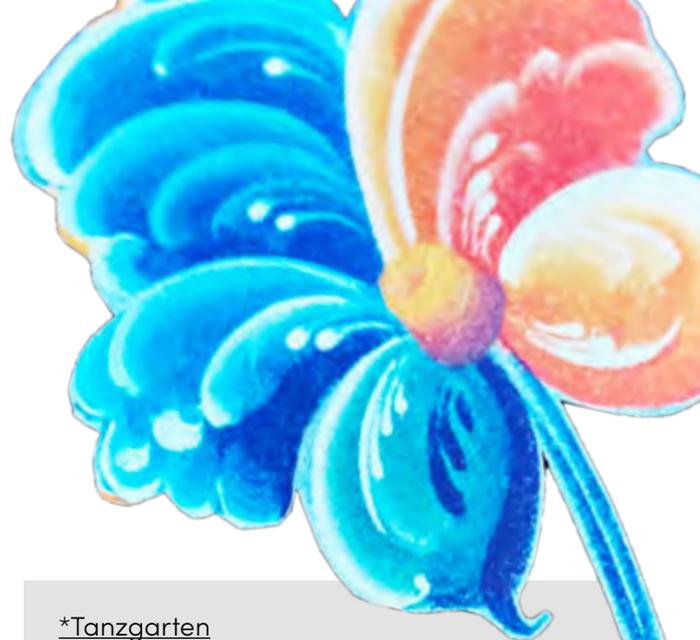
Samstag, 12. November, 9.30 bis 12.00

Wo:

Kirchgemeindehaus Ref. Kirche Ittigen
Schulweg 12 | 3063 Ittigen

Anmeldung bis am 9.9. / 4.11.
bei tamaralangel@gmx.ch

Das Angebot ist kostenlos, die Tage können auch unabhängig voneinander besucht werden.



*Tanzgarten

Unsere Tanzgruppe «Tanzgarten» besteht aus bewegungsbegeisterten Frauen in ganz unterschiedlichen Lebenssituationen. Gemeinsam begegnen wir Gott und einander durch Tanz und Bewegung. Wir lassen uns herausfordern Neues zu wagen und unseren Platz in unserem Lebensgarten einzunehmen.

Leitung: Tamara Langel, Amaris Langel, Graziella Bärtsch