



Meditatives Tanzen

Nöldnerstraße 43 · 10317 Berlin

Tel. 030 522 06 49 · Fax 030 51 06 74 88

familienberatung.rummelsburg@immanuel.de

beratung.immanuel.de

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln

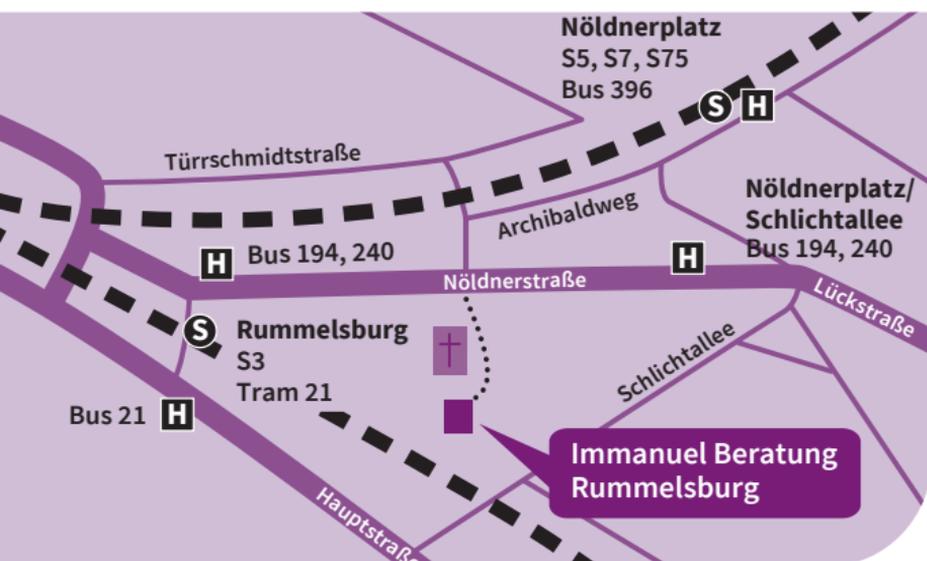
Rummelsburg: S3; Bus 194, 240; Tram 21

Nöldnerplatz: S5, S7, S75; Bus 194, 240, 396

Anfahrt mit dem PKW

Auf dem Gelände stehen in begrenztem Umfang
Parkplätze zur Verfügung.

Die Beratungsstelle befindet sich auf dem Gelände
der Erlöserkirche, im Gebäude der Kindertages-
stätte in der 1. Etage.



In besten Händen, dem Leben zuliebe.

Herzliche Einladung zum gemeinsamen Tanzen

Meditatives Tanzen beschäftigt sich mit der Mitte. Mitte hat zu tun mit dem Wesentlichen. Jeder Mensch hat eine Mitte, unser Leben hat eine Mitte, auch unser Körper hat eine Mitte. Wenn wir unsere Mitte wahrnehmen, können wir auch unsere Grenzen spüren.

Viele Lebensbedingungen wirken auf uns ein, die Spannungen in uns verursachen: Zu viel oder zu wenig Anforderung, Stress, Hektik, Einsamkeit, Isolation – oft überhören wir die Signale, die unser Körper uns gibt. Das Gefühl für unsere Mitte und unsere Grenzen kann uns verloren gehen. Manchmal werden wir davon krank.

Mit Hilfe von Musik und Bewegung treten wir im meditativen Tanzen in Beziehung zur Mitte – zu unserer Körpermitte, zur Mitte, die durch den Kreis entsteht, den wir im Tanzen gemeinsam bilden.

Ihre Ansprechpartnerin

Angelika Hykel

Paartherapeutin HPG, Fortbildung in Tanztherapie, Paar- und Familienberaterin

Termine

10 Termine, donnerstags, 19:15 – 20:30 Uhr

Aktuelle Termine finden Sie auf unserer Website.

Veranstaltungsort

Gemeindesaal der Erlöserkirche Lichtenberg
Nöldnerstraße 43 · 10317 Berlin

Sie können dieses Angebot mit einer Spende unterstützen.