



Die HINGABE tanzen am Mittwoch, 27.09.2023 um 19.30 Uhr

Agieren und reagieren, entscheiden und verfolgen – in der Sexualität sind wir oft im Tun.

Manchmal verpassen wir dabei die herrlichsten Geschenke, die kleinen /großen Sensationen unseres Herzens und unserer Sinnlichkeit– wie klug kann es sein, dem Körper, der Seele zu folgen und sich im sicheren Terrain zu verschenken? Mich hinzugeben, als ein Geschenk an mich und mich bereichert erleben im Vertrauen ...

Ankommen ab 19.00 Uhr – Start in die Tanzsession 19.30 Uhr – Ende ca. 21.30 Uhr

Wertschätzungsbeitrag 25,-- - 30,-- Euro, gern in Bar mitbringen

u.A.w.g. E-Mail: hof@bettinahof.de

Wir tanzen in einem runden Raum über den Dächern von München:

www.im-neuen-garten.de

Münchener Straße 9, in 85540 Haar bei München

8-10 Min zur S-Bahn Haar, Parkplätze rund ums Haus vorhanden



Bettina Hof,
Gesundheitsberaterin für Sexualkultur (DGAM)
Systemischer Coach (SG), Vital Danza Facilitator

Wir tanzen barfuß und in bequemer Kleidung.

Was ist Vital Danza (Vital Development) und für wen ist es geeignet?

Ich mache Dir Angebote, bei denen Du eintauchen kannst in die wundervolle Welt Deines Herzens, Deiner Seele und **Dich beheimatet fühlen darfst in Deinem Körper**. Dabei unterstützt uns die Musik und schafft einen geschützten Erlebnisraum, um zunächst Dir selber näher zu kommen, oft freudvoll und mit Leichtigkeit. Es gibt lebhaftere und ruhigere Tanzphasen.

Es ist für alle Menschen geeignet. Du brauchst keine Vorkenntnisse, sondern lediglich Freude an Bewegung zu Musik und ein wenig neugierige Offenheit.

VitalDanza® ist

- zugleich angeleitetes und freies Tanzen.
- eine Methode die es dir ermöglicht bei dir zu bleiben und dich gleichzeitig zu verändern.
- spielerisch in Begegnung mit dir und anderen zu gehen.
- eine Quelle, die erfrischt und jung hält.