

Trance Tanz



Zeit: Donnerstag, den 03. Oktober 2019 (Tag der Einheit)
Einlass ab: 14:30 Uhr
Start: 15:00 Uhr
Ende: 18:00 Uhr

Bitte sei **spätestens 15 min vorher** da, damit du dich in Ruhe auf das Ritual einstellen kannst.

Ort: Strukturfabrik, Engertstrasse 13, 04177 Leipzig, [Karte](#)
Energiebeitrag: 25,-€, bitte **vor** dem Tanz geben

Es ist ratsam, dir **leichte Kleidung** mitzubringen und ggf. ein kleines **Handtuch** und **Schreibzeug**.

Bitte melde dich bis zum 16. September 2019 an, dass du kommen möchtest!
(Die **Anzahl** ist auf **12** TeilnehmerInnen **begrenzt**, sollte aber **mindestens 5** haben)

Tanzen ist eines der ältesten bewusstseinsweiternden Rituale der Menschheit und von jeher eine der größten Freuden des Menschen. Seit mehr als 40.000 Jahren tanzen die Menschen auf der ganzen Welt.

Trance Tanz lädt dich ein, in eine Welt einzutauchen, die dich ganz von selbst bewegt und tanzt, eine Welt, in der du nichts leisten musst oder gar perfekt sein sollst. Ohne irgendwelchen Schrittmustern folgend oder gut aussehen zu müssen, lässt du dich ganz auf dich selbst ein, während Energie und Vitalität in jede Zelle deines Körpers und Wesens zurückkehren. Du kannst dich von deinem Körper führen und von der Musik mitnehmen lassen, in Bereiche zu denen dein Denken keinen Zugang hat.

Trance Tanz ist eine der einfachsten Wege, sich mit dem Großen und Ganzen zu verbinden.

Wenn dein Körper tanzt, sich bewegt ohne, dass du ihn kontrollierst, kannst du tiefe Schichten deines Selbst erreichen. Die Seele fängt an, sich zu reinigen.

Eine wunderbare Möglichkeit, um immer mal wieder aus deinem Alltag auszusteigen und die transformierende Kraft des Trance Tanzes für dich zu nutzen.

- ☯ Durchflute dich mit pulsierender Lebensenergie
- ☯ Verbinde dich mit deiner inneren Weisheit
- ☯ Lass die Seele fliegen
- ☯ Befreie deinen Geist
- ☯ Öffne dich für Intuition und Vision

Eine erfrischende und bewegende Erfahrung, die Lust auf mehr macht!

Es ist ein **Ritual**:

Sobald du den Raum betrittst, wird dich die Musik begleiten. Sei so gut es geht **in Stille** (außer in den kurzen Momenten der Kommunikation wegen Organisatorischem) und **Respekt**, der diesem **Ritual** gebührt.

Vielleicht gehst du mit einer **Intention** oder **Absicht** in den Tanz? Das kann eine **Frage** sein oder ein größeres **Thema**, dass dich beschäftigt.

Lass die Zweifel, ob es funktionieren wird, bereits vor der Tür. Egal, wie du durch dieses Ritual tanzt, es wirkt. Hab Vertrauen zu dir und der Begegnung mit dir selbst.



Soft Sensations

Wir **tanzen** an diesem Tag ca. **1,0 h**, um unser Leben zu feiern, Freude und Dank auszudrücken, um Antworten auf Fragen zu finden, um Heilung zu erfahren und um eins zu werden.

Du tanzt mit einer Augenbinde (Bandana). So kann es dir leichter gelingen, in deine innere Welt einzutauchen. Wir tanzen barfuß oder mit rutschfesten Socken.

Am Ende lass den Tanz in dir nachklingen.

Hörst du eine **neue ruhige Musik**, kannst du die Zeit nutzen und dir **Notizen** zu machen über dein Erleben, Antworten, die du erfahren durftest oder dass, was dir begegnet ist, was du „gesehen“ hast.

Diese Phase ist zu Ende, wenn die Musik endet.

Ein **PING** lädt dich zu einer **Abschlußrunde** ein, die auch ganz dem wieder im **Hier und Jetzt** anzukommen, dient.

Ich freue mich auf Dich!

Undine