

In de grote zaal van Cultureel Centrum Sterrenburg is op de maandagavond al een paar jaar een biodanzagroep die in de maand september open is voor nieuwe instroom.

Als je je bij een biodanzagroep aansluit, dan kies je voor een wekelijks moment voor jezelf van ontspanning, plezier en genieten. Van even de dagelijkse beslommeringen loslaten en tot jezelf komen, je vitaliteit voeden en je levenslust vergroten. Mensen die wat langer regelmatig biodanza doen, ontdekken vaak een nieuw evenwicht in hun dagelijks leven.

Dit is wat een aantal deelnemers van deze groep daarover zeggen:

“Ik ben steviger geworden, kan beter mijn ruimte innemen.”

“Biodanza is voor mij ont-moeting van mezelf door ontmoeting met de ander.”

“Door biodanza voel ik me innerlijk rustiger en kan ik zoveel liefdevoller kijken naar en contact maken met iedereen om me heen!”

“Het is beweging van binnen en van buiten, niet praten, intens, speels, vrolijk.”

“Biodanza laat mij tijdens mooie contacten groeien in lichamelijke bewegingen en in innerlijke kracht.”

“Ik ben elke keer na biodanza ontspannen en voldaan.”

En daar hoef je niets bijzonders voor te doen: wekelijks samen zijn met een vaste groep mensen, bewegen op hele verschillende soorten muziek, de ene keer in je eentje, dan weer met een ander en soms met de hele groep. Vertrouwd worden met elkaar en samen genieten van het moment.

Om te ervaren of biodanza en deze groep bij jou passen, is het goed om een aantal keren mee te komen dansen. Daarom is er op maandag 2 september een open kennismakingsavond voor maar €5,- en kun je daarna gebruik maken van het introductieaanbod van 3 lessen voor €35,-.

Voor meer informatie en aanmelding: www.beatrijsbiodanza.nl, of bel even Beatrijs Engel – 06 33 83 16 83

