

Freier Tanz
„Bewege deinen Körper und du bewegst deinen Geist“
Juseffo

Zielgruppe: Die Lust auf Bewegung haben

Ziel: Das Theater Frankfurt/Theater im Schuppen e.V. bietet Interessierten die Möglichkeit, über die körperliche Aktivität **TANZ**, Erfahrungen zur Belastbarkeit, Balance- und Differenzierungsfähigkeit zu sammeln, stärker im SEIN anzukommen und Achtsamkeit für sich selbst zu erlangen. Zu den Zielen gehört auch, physische und mentale Reifeprozesse der Teilnehmer über individuelle Belastungssteuerung zu unterstützen. Während der Veranstaltungen wird auf die individuelle Fähigkeit des Einzelnen eingegangen und es werden gemeinsam dementsprechende Aktivitätsparameter festgelegt. Das Projekt setzt sich aus 5 Einzelveranstaltungen zusammen, von denen jede in sich eine abgeschlossene Einheit darstellt und dennoch bauen sie für Langzeitinteressierte aufeinander auf. Jede Veranstaltung endet mit einer Erfahrungsrunde.

Termine: 21. Januar 2017 von 10-13 Uhr
25. Februar 2017 von 10-13 Uhr
01. April 2017 von 10-13 Uhr
29. April 2017 von 10-13 Uhr
10. Juni 2017 von 10-13 Uhr

Akteure: 1 Tanztherapeutin

Kosten: 50 Euro pro Veranstaltung

Projektleiter: Frank Radüg

Organisation: Christina Hohmuth
Christina-org@theater-ff.de
0151 726 76 554