

★ Sternstunde: Tanz trifft nährende Berührung ★

ein Angebot von Frauen für Frauen



Termin: Samstag den 31.05.25 von 12-17 Uhr
Ort: Munay im Kornhaus, Münsterplatz 11, Freiburg

Leitung: Ilse Dopfer, Dipl. Sozialpädagogin, Watsu Praktizierende
Ricarda Vielberth, Tanzpädagogin, Tanz-im-Jetzt.de, coreconnexion-freiburg.de

★ ANKOMMEN UND ZU SICH FINDEN:

Wir nutzen den Tanz, um in unseren Körpern gut anzukommen und uns mit unserer Lebendigkeit zu verbinden.

★ IM FRAUENKREIS ANKOMMEN:

Von hier nehmen wir tanzend erste Kontakte zu den anderen Frauen auf und erforschen uns im miteinander.

★ IN KONTAKT UND IN NÄHRENDE BERÜHRUNG GEHEN:

Im geschützten Raum gehen wir miteinander in Kontakt und erspüren was uns gut tut.

Sinnliche Begegnung steht hier im Vordergrund, wir erforschen in dreier Gruppen, wie wir uns nährend stärken können um Intimität und Fülle zu erfahren. Jede Frau genau so, wie es für sie im jeweiligen Moment gut ist und sich richtig anfühlt.

★ AUS DER SATTHEIT DIE EIGENE VISION SCHÖPFEN:

Gut genährt und erfüllt wenden wir uns in dieser Phase dem großen Ganzen zu. Was nehmen wir wahr, wenn wir mit der Fülle in Kontakt sind?

Jetzt ist Raum für unsere Inspirationen, was wünsche ich mir für mich, für mein Leben und im Miteinander.

Inspiziert durch: sinnliche-wege.de

Kosten: Die Sternstunden verstehen sich als Geschenk von Frauen an Frauen, Spenden decken die Selbstkosten und kommen Frauenprojekten zugute. Richtwert 20.-

Wir freuen uns auf Dich!

Anmeldung über: ilse_dopfer@yahoo.de

★ „Sternstunden“ sind eine Initiative von Frauen aus verschiedenen Städten, die nährende, alltagsnahe Frauenkreise veranstalten um die Verbundenheit unter Frauen zu heilen. Es sind Frauenkreise, die berühren! Auf und unter der Haut. Sie geben Frauen mehr Boden, ihre weibliche Kraft im Leben zu manifestieren.