

Centrum Horizon • Hembrugstraat 156 • Amsterdam

Iedere dinsdagavond van 20.00 - 22.15 uur



BIO DANZA MET PHOEBE



Kom
kennismaken
1e dinsdag vd
maand voor
€11

Dans, geniet en leef wie je werkelijk bent

BIO DANZA MET PHOEBE

Verlang je naar een bruisend, vitaal leven? Verbonden met jezelf en anderen? Ontspannen, liefdevol en vrij? Kom dan naar Biodanza, de Dans van je Leven!

Voor wie is biodanza?

Biodanza is er voor iedereen die van muziek en dansen houdt. Het gaat niet om pasjes, het hoeft niet 'mooi' te zijn, iedereen kan het! Met Biodanza dans je jouw eigen dans.

Dansen vanuit het hart

Door Biodanza te dansen leer je dat je intens verbonden kunt zijn in elk moment van je leven. Met behulp van muziek vertaal je emoties in beweging. Dan maak je in jouw dans contact met jezelf, de ander en de groep. En daar gebeurt het: je geniet in het moment...zonder woorden.

Leven wie je werkelijk bent

Biodanza is een persoonlijk transformatieproces met duidelijk positieve effecten:

Je vindt nieuwe levenskracht en levenslust

Je voelt je fit en krijgt meer zelfvertrouwen

Je herontdekt plezier en creativiteit

Je voelt meer verbondenheid met jezelf, anderen en alles om je heen

Je wordt liefdevoller naar jezelf en anderen

Je voelt wat goed en niet goed is voor jezelf en hebt de moed daarnaar te handelen

Kortom: dans, geniet en leef wie je werkelijk bent!

Kom meegenieten

De beste manier om Biodanza en de effecten op jou te ervaren is lekker een avond te komen dansen en te ervaren wat het leven je meer te bieden heeft! Je bent van harte welkom en kunt wekelijks instromen. Laat je het even weten als je mee komt dansen?

Voor meer info en het laatste nieuws:
www.biodanzametphoebe.nl



KOM KENNISMAKEN!

Je bent van harte uitgenodigd op de 1e dinsdag van de maand om te komen kennismaken. Dan kost een workshop maar € 11 als je voor de eerste keer komt.

IEDERE DINSDAG

In deze groep is iedereen welkom. Instromen is altijd mogelijk.

TIJD

Van 20.00-22.15 uur.
Inloop om 19.45 uur

ADRES

Centrum Horizon,
Hembrugstraat 156
Bus 22, 49 of 48 om de
hoek. Zie website voor
de route.

INFO EN OPGAVE

Bel Phoebe 020-6260339
of mail:
biodanza@metphoebe.nl.
Info over Biodanzadagen,
-weekends en -vakanties
vind je op de website

