

Spiraldynamik im Tanz: Lockere Schultern, beschwingte Arme und schöne Hände



Das anatomisch vorprogrammierte, dreidimensionale und auf Spiralbewegungen basierende Körperverständnis und -training der Spiraldynamik findet im Tanz eine und ausdrucksstarke Anwendung. Wir setzen uns mit den Bewegungen des Brustkorbes, der Arme und Hände auseinander. Wir erleben, wie ein beweglicher Brustkorb, lockere und richtig platzierte Schultern sowie bis zu den Fingerspitzen beschwingte Arme und Hände zur Anmut und Ausdruckskraft beitragen. Was unerlässlich ist für den Tanzausdruck, führt auch zu entscheidenden Aha-Erlebnissen für die Bewegungen im Alltag.

Keine Vorkenntnisse nötig!

Ort: Im Blauen Haus, Sprensenbühlstrasse 7, 8032 Zürich

Kosten: CHF 100.–

Anmeldung und weitere Auskünfte: Dr. med. Meret Egloff

Tel +41 (0)79 466 64 16 meret@tanzundtrommeln.ch

Meret Tanz & Trommeln Sprensenbühlstrasse 7 8032 Zürich

www.tanzundtrommeln.ch

Meret Tanz & Trommeln
في ايدار الترومبلين