

Warsztat 5 Rytmów - WARSZAWA

RYTYMY NATURY

"Kiedy tańczę, oddycham, ...
kiedy oddycham, czuję, ...
kiedy czuję, słucham, ...
kiedy słucham, słyszę głos mojej intuicji ...
Moje ciało wie, w którą stronę podążać..."

Rytm jesienny...

Po burzliwym chaosie lata przyszedł czas na pełen fascynujących barw lyrical jesienny. Wszystko w naturze ma swoje miejsce i czas.

Zgodnie z jej cyklem, podążajcie ze mną za impulsami swojego ciała, wsłuchując się w swoje wnętrze, obserwując uważnie co wasz taniec chce wam dziś powiedzieć o was samych.

Będziemy wspólnie tańczyć, odkrywać naszą autentyczność, świętować nasze ciała, odnajdywać naturalność wyrazu.

Spontaniczny taniec daje nam możliwość poznawania różnych stron naszej osobowości.

Skorzystamy z metody Pięciu Rytmów jak z mapy, która połączy nas z naszym wewnętrznym rytmem.

Podczas tego warsztatu będziemy przenosić naszą uwagę ze środka na zewnątrz i z zewnątrz do wewnątrz, budząc fascynację do każdego z tych elementów.

Warsztat jest skierowany do każdego, bez względu na wiek, płeć czy też możliwości ruchowe.

Zapraszam Was,
Kasia Pugowska

23.10.2011 godzina 11.00-18.00, Warszawa, ul. Wawelska 46, koszt 150zł.

Liczba miejsc jest ograniczona, decyduje kolejność wpłaty bezzwrotnej zaliczki w wysokości 50 zł.
Numer konta: 60 1060 0076 0000 4014400 76462 w tytule proszę wpisać Rytm Natury.
Proszę również o zgłoszenia mailowe na adres: s_olbinska@op.pl lub tel. 506 090 266.



Katarzyna - Certyfikowana Nauczycielka Pięciu Rytmów™

Od ponad dwunastu lat praktykuje i tańczy tę metodę z Gabrielle Roth, Pedagog Zdrowia, Arteterapeuta, Założycielka Body Minder Therapy Center w Londynie. Mieszka i pracuje w Londynie. Jest członkiem Polish Psychologist Association. Na co dzień pracuje jako Terapeuta z ludźmi upośledzonymi umysłowo oraz prowadzi grupy Terapii Tańcem w UK oraz w Polsce. Z pasji maluje obrazy olejne oraz klei w glinie.