

5-teiliger Workshop – achtsam, kraftvoll, tänzerisch

« DIE FÜNF ELEMENTE »

Mit Viviane Cécile Hummel
Tanzpädagogin, Choreografin, Tänzerin



Samstags-Zyklus 2024

5. Oktober • 19. Oktober • 26. Oktober • 2. November • 9. November

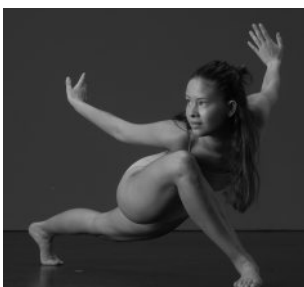
Jeweils Samstag, 14:00 – 16:15 Uhr

Workshop komplett Fr. 275.00 / Einzelmodule Fr. 75.00

Ort: «Yoga am See», Hauptstrasse 175, CH - 8272 Ermatingen

Reservierte Yoga-Parkplätze • 6 Gehminuten vom Bahnhof entfernt

Die Wirkung der Fünf Elemente in Bewegung und Stille erforschen – leicht, tänzerisch, kraftvoll, belebend – und dabei neue Bewegungsräume im Aussen und im Innen entdecken. Spezifisch für jedes Element, verbinden wir Farbe, Musik, Meridian-Dehnungen, Elemente aus QiGong und zeitgenössischen Tanz. Die Freude an Ausdruckskraft, Koordination und Achtsamkeit wächst mit jedem Element. – Der Workshop ist offen für jedes Alter, Tanzerfahrung ist nicht Voraussetzung, viel wichtiger ist die Lust und Offenheit, sich auf Bewegung und Körperausdruck einzulassen.



Viviane Cécile Hummel ist Tänzerin, Choreografin und Tanzpädagogin. Sie studierte Tanz in München und absolvierte den «Master Teaching and Coaching Dance Professionals» an der ZHK Zürcher Hochschule für Künste.

Mehr zu Viviane Cécile: www.contemporarydance.ch • [insta:vivianececile](https://www.instagram.com/vivianececile)