



„Mein Weg zur Mitte“

Wenn wir zufrieden, ausgeglichen, in uns ruhend und glücklich sind, dann fühlen wir uns in unserer Mitte. Ein sehr schöner Zustand, den wir so gerne möchten, herbeisehnen und doch meist nur für kurze Zeit erreichen.

Ein Mensch, der in seiner Mitte lebt, nimmt sich selbst ernst und wichtig und hat gute soziale Kontakte. Er steht mit beiden Beinen fest auf der Erde, seine Basis ist Vertrauen und mit Struktur organisiert er sein Leben. Kreativität und Leichtigkeit helfen ihm dabei seinen Lebensweg bunter zu gestalten.

In diesem Workshop lade ich dich ein tanzend zu spüren: wo befindest du dich im Moment, was möchtest du und was benötigst du um in deiner Mitte anzukommen. Und vielleicht bist du danach deiner persönlichen Mitte ein Stück näher gerückt.

wann: Samstag 14.03.2020, 14.30 – 17.45 Uhr (inkl. Pause)

wo: TriYogaCenter, Am Leichborn 18-20

55124 Mainz-Gonsenheim Teilnehmerbeitrag: 35 €

Anmeldung:

Petra Pika, Maiglöckchenweg 9, 55126 Mainz

06131-475335 oder 0171-797079

petra.pika@web.de

www.dansevita-pepi-mainz.de