

# Meditatives Tanzen im Spirituellen Zentrum St. Martin

*Tanz verleiht der Seele Flügel und führt sie zur Herzensmitte.*

Einfache Schrittfolgen, getanzt im Kreis zu vielfältiger Musik aus aller Welt, führen die Seele zu innerer Ruhe, aus deren Kraft heraus sich tiefe Freude und neue Lebensenergie entfalten können.

Die Tänze werden öfter wiederholt, so können sich in dieser Vertiefung innere Räume öffnen, in denen Meditation im Tanz erfahrbar wird.

Unabhängig von Konfessions- oder Kulturzugehörigkeit sind alle eingeladen, die sich gerne zu Musik bewegen, auch ohne Vorkenntnisse.

## **Ort: Spirituelles Zentrum St. Martin**

Arndtstraße 8,  
80469 München, Glockenbachviertel  
Kirchenraum

## **Termine:**

**20. September**

**18. Oktober**

**15. November**

jeweils von 17:00 bis 18:30 Uhr

**20. Dezember**

von 18:00 bis 19:30 Uhr

(Änderungen vorbehalten)

**Leitung:** Petra Strazdins

**Anmeldung** erbeten unter: [info@petra-strazdins.de](mailto:info@petra-strazdins.de) oder **(089) 680 36 68**

**Kosten:** Es wird um eine Spende für den Verein zur Förderung der Meditation gebeten

**Bitte mitbringen:** Bequeme Gymnastik- bzw. Tanzschuhe ohne laute Absätze. Getränk für den eigenen Bedarf.

Bitte verzichten Sie auf die Teilnahme, wenn Sie Erkältungssymptome haben.