



Biodanza: eine seelische Tanzreise

Wolfenbüttel. Der Aktionstag am 12. Oktober im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit war ein voller Erfolg. Der Vortrag machte deutlich, dass Biodanza aus dem klinischen psychotherapeutischen Bereich entstanden ist. Es entwickelte sich aber weiter zu einer Methode, die alle Menschen ganzheitlich unterstützt ihre Potentiale zu entfalten – physisch und psychisch. Biodanza bewegt Menschen äußerlich und innerlich! Insgesamt waren 18 Teilnehmende dabei und tanzten sich in die Lebendigkeit und dann in die Entspannung. Nach der Tanzreise gab es Rückmeldungen wie z.B.: ‚Für das erste Mal war es für mich einfach genial‘ oder die Gefühlslage wurde als ‚wohlig‘ und ‚bewegt‘ beschrieben. Aktuelle Angebote und weitere Informationen sind zu finden auf der Website: www.tanzfreiraum.online.

Foto: privat