

## Meditatief dansen (13.30-16.00 uur) in de Slangenburgse kerk op zaterdag 26 oktober 2024



Op **zaterdagmiddag 26 oktober** van 13.30 - 16 uur is er weer **meditatief dansen** onder leiding van dansdocente Dorothé Vriezen ([www.dansalsmeditatie](http://www.dansalsmeditatie)) in de Slangenburgse kerk, IJzevoordseweg 35.

Dansen op muziek helpt je om rust, verstillig en verbinding te ervaren. Het gaat niet om de prestatie, maar om de beleving van jezelf, van de muziek en van het samen zijn in de dans. Het dansen in een cirkel onderstreept de verbinding met elkaar. Het hebben van danservaring is niet nodig. Bijdrage € 10.

Opgave voor deze ontspannende activiteit bij Helma van Loon ([wmvanloonkuiper@gmail.com](mailto:wmvanloonkuiper@gmail.com) / 0643229677).