



Heiltanzen 2017

Heilender Ausdruck meiner Seele in Körperwahrnehmung,
freiem Tanz und Meditation

Jeweils am 3. Donnerstag im Monat ausser Dezember

17.08./21.09./19.10./16.11.

18:30 – 20:00; ohne Anmeldung

Auf Wunsch anschl. Vertiefungsmeditation bis 20:35

Grosser Saal der Pfarrei Christ-König, Geyisriedweg 31, Biel

Ich verbeuge mich vor dem Ort in dir, an dem der ganze Kosmos wohnt.
Ich verbeuge mich vor dem Ort der Liebe, des Lichtes, des Friedens, der
Wahrheit und der Weisheit in dir. Ich verbeuge mich vor dem Ort, wo,
wenn du an diesem Ort in dir bist und ich an diesem Ort in mir bin, es
nur das Eine von uns gibt. („Namaste“, Gandhi)

Achtsam nehmen wir zu Musikklängen unseren Körper wahr und gelangen
immer mehr in einen befreienden Tanz, dem wir uns nun ganz hingeben:
Von sanft und weich zu ekstatisch-wild bis hin zu beschwingter Leichtig-
keit und bewegter Stille. ES tanzt – durch uns. Kräftigende und ermutigen-
de Heilkreistänze runden den Bewegungsteil ab.

Zum Abschluss erkunden wir in einer geführten Meditation unseren
belebten inneren, heilen Raum im Sein.

Alter, Vorkenntnisse, Kondition und Gesundheitszustand spielen keine
Rolle. Wir bewegen uns barfuss oder in Gymnastikschläppli. Leichte
Kleidung zum Wechseln von Vorteil, z.B. T-Shirt und Turnhose.

Umziehmöglichkeit vorhanden. Bitte Trinkflasche nicht vergessen! Decke
für die Schluss-Meditation im Sitzen/Liegen wird empfohlen.

Sie erreichen die Pfarrei Christ-König mit dem Bus Nr. 1 ab Bahnhof.

Richtung Vorhölzli, Haltestelle Beaulieuweg; zur Kirche über die Strasse.

Leitung

Rébecca Kunz, Biologin/Therapeutin

Kosten

Fr. 15.- (Fr. 20.- mit Vertiefungsmeditation) pro Mal, zahlbar vor Ort

Info

rebecca.kunz@kathbielbienne.ch

anita.chavallaz@kathbielbienne.ch, 032 329 50 82

Veranstalter

Rébecca Kunz, Bildungsstelle der katholischen Kirche Biel