

# **Singen, Tanzen und Strömen**

mit Martina vom Hövel und Martina Schöffner

**Samstag 12.10.2024, 10-18 Uhr**

Wir beiden Martinas wollen an diesem Tag ein neues Kapitel aufschlagen und das Singen und Tanzen mit Jin Shin Jyutsu, einer alten japanische Harmonisierungskunst, verbinden. Wir werden Strömgriffe kennenlernen, unseren Atem beobachten und in Verbindung mit dem Singen die entspannende Wirkung des Strömens wahrnehmen und gemeinsam diese Energie der Selbstheilung mit Liedern und Tänzen verstärken.

Wir freuen uns sehr auf dieses erste miteinander Wirken in dieser Art.  
Komm, sei dabei!

**Anthroposophische Gesellschaft e.V.**  
**Martin-Luther-Str. 8**  
**42285 Wuppertal**

**Seminargebühren:** 55 Euro - 75 Euro (nach behutsamer Selbsteinschätzung)

Bitte bringt etwas für unser gemeinsames Mittagsbuffet mit, für Kaffee und Tee ist gesorgt.

**Anmeldung:** Martina Schöffner, [ma-scha-la\[at\]gmx.de](mailto:ma-scha-la[at]gmx.de)  
Tel. 0212 2680037, 0172 8023755