

# Dance | Meditate | Grow

5 RHYTHMS & ITA Workshops & Waves  
Maja Mühlbauer | [www.Tanz-als-Weg.de](http://www.Tanz-als-Weg.de)



Fulda  
Bad Hersfeld  
RHÖN  
Schweinfurt  
Kassel



## Dance | Meditate | Grow

5 RHYTHMS & ITA Workshops & Waves  
Maja Mühlbauer | [www.Tanz-als-Weg.de](http://www.Tanz-als-Weg.de)

Fulda  
Bad Hersfeld  
RHÖN  
Schweinfurt  
Kassel

Die 5RHYTHMS sind eine freie Tanz- & Bewegungsmeditation. Wir tanzen sie durch die Energiefelder Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical und Stillness in Wellen: Mal ruhig, mal schnell, mal mit und mal ohne Anleitung/Übungen zu wechselnden Themen.

**FLOWING** = FLIESSEN | kontinuierl., rund, weich, erdig, weibl., ...  
**STACCATO** = PERKUSSION PULSIEREN | feurig, männlich, klar, ...  
**CHAOS** = WILD | frei, mit Sprengkraft, überraschend, vielseitig, ...  
**LYRICAL** = KREATIVE WANDLUNG | leicht, heiter, luftig, hell, ...  
**STILLNESS** = MEDITATIV | leer, ruhig, ätherisch, verbunden, ...

### Mitbringen:

Wasserflasche | Snack | sportl. Kleidung in Schichten | warme Socken (Tanzen am besten barfuß, alternativ Tanzschuhe)

### Kosten:

2h Offener Abend:	20 Euro, ermäßigt 15 Euro	Helferpl. mögl.
3h-Intro.:	35 Euro, ermäßigt 30 Euro	
4h-Intro.:	45 Euro, ermäßigt 40 Euro	



Der Schnupperkurs bietet in Theorie und Praxis einen Überblick, Hintergründe + Einblicke für Beginner und Waves-Kenner. Diese 5-Rhythmen und Conscious Dance Intro ist die Grundlage f. d. (offenen) Abende und -kurse und werden auch bei anderen LehrerInnen anerkannt. Umgekehrt, wenn Du bereits bei einem/r zertifiz. 5 Rhythmen Lehrer/in einen Einführungskurs oder Workshop (nicht nur offenen Abend / Sweat) besucht hast, gelten diese Std. auch!

### Termine:

Fulda (RHÖN): 04.11.2017 "Intro" 14-18 Uhr | ... weitere Termine & Open Waves ... | Studio82, Rabanusstr. 9, Fulda

Zusätzl. Orte: sh. Newsletter (Rundmails)

Anmeldung: [Maja@Tanz-als-Weg.de](mailto:Maja@Tanz-als-Weg.de)  
[www.dance-as-path.com](http://www.dance-as-path.com) | +49 (0)173 - 289 02 41

Kommt zu zweit, meldet Euch per Mail an und zahlt je 3h anstatt 4h!  
Gilt jeweils f. d. ersten drei Termine in einer Stadt, in d. ich neu beginne.

Maja ist zertifizierte 5-Rhythmen-Lehrerin nach und mit Gabrielle Roth und ihrem Sohn Jonathan Horan (USA) mit verschiedenen Spezialisierungen (Emotionen, Trauma); Diplom-Informatikerin (FH), Heilpraktikerin für Psychotherapie (nach d. dt. HPG) sowie Integrale Tanz- und Ausdruckstherapeutin (CITA München). Ihre Arbeit bietet sie als Tanztherapeutin (HP Psy) mit viel Liebe und Tiefgang an. Sie lebt mit ihrem Mann naturverbunden zwischen München und Salzburg sowie in der Rhön. Die Mitte, Lebenslust und das Mitgefühl zu stärken, Lachen sowie Frieden und Spiritualität in den Alltag zu integrieren, sind ihr ein großes Anliegen.

Frühzeitige Anmeldung erbeten

... (-: ...

Wir freuen uns auf Dich!

Un- & Regelmäßige Kurse, Abende u. Workshops:  
München, Schlier- u. Tegernsee, Rosenheim,  
Berchtesgaden, Südtirol, Fulda/BadHersfeld (Rhön),  
Schweinfurt, Kassel, Regensburg, Wien,  
... bzw. auch auf Anfrage ... (-: ...!



WEB  
LINK