

## „Wir feiern das zunehmende Licht des neuen Jahres...“

### Singen und Tanzen herzöffnend und nährend



mit Franz van Eyk  
und Christina Mohr-Ditges

#### **Datum:**

Samstag, den 08. Februar 2020

#### **Ort:**

Freie Waldorfschule,  
Weiersweg 10,  
41065 Mönchengladbach

Einfache mehrstimmige Gesänge aus Nickomo Clarks „Harmonic Temple“ und Tänze aus dem großen Schatz der Tänze des Universellen Friedens führen zu uns selbst. Wir werden auf leichte Weise (ohne Noten) in das Singen und Tanzen geleitet und erschaffen einen wohltuenden Raum für die Erfahrung von Ruhe, Freude und Einssein mit uns selbst und den Menschen im Kreis. Wir singen Lieder und mantrische Gesänge aus verschiedenen Traditionen unserer Erde und einige davon erleben wir tanzend.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig, da auf einfache, einfühlsame und begeisternde Art Klänge und Bewegungen von berührender Schönheit entstehen.

**Franz van Eyk** lebt und arbeitet seit 30 Jahren in der Rhön als Töpfer in seinem TONHAUS, das auch als Tagungshaus einlädt. Er ist leidenschaftlicher Chorleiter.

**Christina Mohr-Ditges** ist seit vielen Jahren tief verbunden mit den Friedenstänzen. Sie arbeitet als psychologische Psychotherapeutin und lehrt die Tänze in Mönchengladbach. Beide sind zertifizierte Tanzleiter der Tänze des Universellen Friedens.

#### **Zeit:**

10:00 - 17:00 Uhr

mit ausreichender Mittagspause, in der wir auf einfache Weise ein Mittagsbuffet teilen wollen. Bitte einen Beitrag dazu **mitbringen**. Ebenso Teller und Besteck.

Ausreichendes Getränk für den Tag nicht vergessen.

Wir haben Stühle zum Sitzen. Wer gerne auf dem Holzboden sitzt, bitte ein Sitzkissen mitbringen. Wer sich mittags gerne im Liegen ausruhen möchte, bitte eine Decke mitbringen. Gymnastik- oder leichte Schuhe, dicke Socken, auch barfuss möglich, bequeme Kleidung.

#### **Info und Anmeldung**

(bitte frühzeitig verbindlich zur besseren Planung)

christina.mohr-ditges@web.de oder 02166 / 18 74 10

**Kostenbeitrag:** 40,- bis 60,- €

jede/r wie sie/er kann