TANZ
NIA TECHNIQUE®
CANTIENICA®-
TRAINING

Unser Workshop beginnt mit einem ca 75-minütigen CANTIENICA®-Training, gefolgt von einer ca 90-minütigen Nia-Technique® class, die uns immer wieder in den freien Tanz führt.

Egal ob du die CANTIENICA® Methode oder die Nia Technique® kennst oder noch kennenlernen möchtest...
Freue dich auf deinen mit der CANTIENICA®-Methode entspannt-aufgespannten Körper, welchen du zur Musik mit der erdig-verspielten Nia Technique® Choreographie einerseits- und deinen aus dir strömenden Bewegungsipmulsen andererseits tanzen lassen kannst

Die CANTIENICA®-Methode und die Nia Technique® ergänzen sich blühend. Ähnliche Bewegungsprinzipien und sich ergänzende Körperansichten der Begründerinnen legen es auf die Hand, die beiden Methoden für deinen Körpergenuss miteinander zu verbinden.
Unser Workshop beginnt mit dem CANTIENICA®-Training, gefolgt von einer Nia Technique® Stunde mit Tanzimprovisation.

Wir freuen uns auf diese reichhaltigen erlebt-bewegten Stunden mit Euch.

Leitung
Brigitte Züger für das CANTIENICA®-Training www.cantienica-basel.ch
Cecile Hausamman für die Nia-Technique® www.cecilehausammann.ch

Kosten
60.- pro Workshop
Anmeldung
bis 4 Tage vor dem Anlass
Daten

Ort:
zoEspaces Elsässerstrasse 34 4056 Basel

Freitag, 18.00 bis 20.45 Uhr: 11. Jan, 22. März, 10. Mai, 14. Juni 2019
Samstag, 10.00 bis 12.45 Uhr
Alle Workshops sind in sich abgeschlossen, können aber beliebig wiederholt gebucht werden.

Die Workshops sid unabhängig voneinander und können einzeln besucht werden, es sind keine Vorkenntnisse nötig.