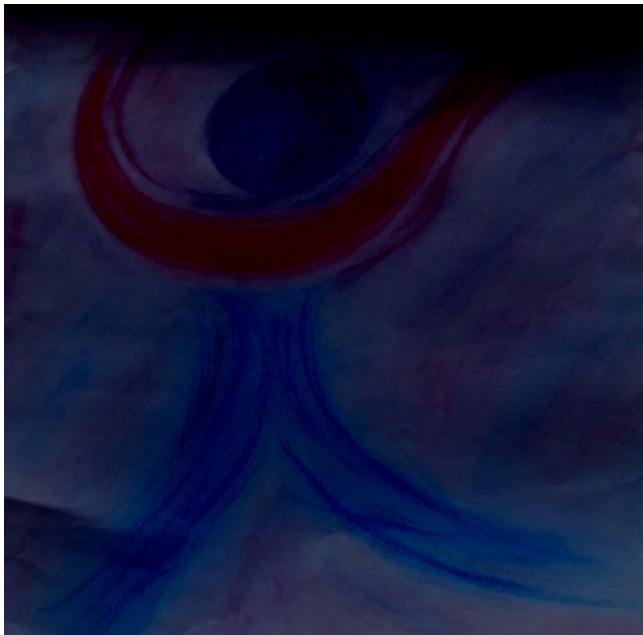


Sie wollen etwas tun, das Ihnen gefällt ...

... dann nutzen Sie das neue Angebot im

**JenaerTREFF:**

## **TANZzeit**



**Beweglichkeit, Zuversicht,  
Überraschendes und  
Lebensfreude  
(wieder) entdecken**

## **Schnupperangebot**

**Januar bis März 2019**

**mittwochs**

**15.30 – 17.00 Uhr**

## **JenaerTREFF**

**Jenaer Str. 56, 12627  
Berlin**

- ♥ keine Vorkenntnisse erforderlich, gern mit einer Prise Neugierde
- ♥ entsprechend der eigenen Möglichkeiten (auch sitzend)
- ♥ bitte mit bequemer Kleidung und etwas zum Trinken

**Ich freue mich auf Sie!**

**Sarah M.** (DanseVita  
Lehrerin)

### ***DanseVita***

*lernte ich 2004 kennen. Für mich war es von Anfang an ein freies Tanzen, ein das Herz berührendes Tanzen, ein Tanzen mit und für sich selbst und dann immer wieder in Kontakt mit anderen, ein den Körper und vor allem die Seele bewegendes Tanzen, ein Tanzen, auf das ich mich entsprechend meiner körperlichen Belastbarkeit einlassen kann.*

***Tanzen kann Jede/Jeder.*** Nur am Rande: Ich kann oft aufgrund von Schmerzen nicht so gut laufen und bin eher ein Bewegungsmuffel. Aber beim Tanzen spüre ich meine Schmerzen so gut wie nicht und freue mich einfach.

*Aus dem „Ich will tanzen!“ (vor allem während und nach einer schweren Erkrankung) ist eine **Einladung zur TANZzeit** geworden. Meine tanztherapeutische Ausbildung ist eine sinnvolle Ergänzung zu meinem (zweiten) Beruf der Sozialarbeiterin und eine Bereicherung in meinem Leben als Rentnerin.*

***Tanzen bringt uns auf persönliche Weise mit unserer Lebendigkeit in Verbindung und wir schöpfen daraus Lebensfreude.***