

# Mein Angebot:

- Meditation in Bewegung
- Meditativer Tanz
- Kreativer Tanz

## Wirkungen und Ziele:

- fördert die Beweglichkeit
- aktiviert beide Gehirnhälften
- regt den Energiefluss an
- verbessert die Körperhaltung
- ermöglicht eine heilsame, therapeutische Wirkung
- fördert die ganzheitliche Wahrnehmung von Leib, Geist und Seele
- vermittelt ein Gefühl von Leichtigkeit
- erhöht die Lebensqualität und ist gesund
- ermöglicht spirituelle Erfahrung in der Meditation
- zentriert und harmonisiert

## Meditation in Bewegung Tanzmeditation

### Tänze im Jahreskreis

**Kath. Pfarrheim Hl. Familie,  
Foyer, Johannisplatz 21,  
Gartenberg**

Dienstag, 03.02.2026  
19:00 bis 20:30 Uhr

Dienstag, 10.03.2026  
19:00 bis 20:30 Uhr

Dienstag, 12.05.2026  
19:00 bis 20:30 Uhr

Dienstag, 07.07.2026  
19:00 bis 20:30 Uhr

**Beitrag pro Abend 12 €**

**Anmeldung zu den  
jeweiligen Kursabenden  
erbeten!**

## Meditation in Bewegung Tanzmeditation

### Tänze im Jahreskreis

**Kath. Pfarrheim St. Josef der  
Arbeiter, Steinstr. 22**

Montag, 26.01.2026  
19:00 bis 20:30 Uhr

Montag, 23.02.2026  
19:00 bis 20:30 Uhr

Montag, 23.03.2026  
19:00 bis 20:30 Uhr

Montag, 18.05.2026  
19:00 bis 20:30 Uhr

Montag, 22.06.2026  
19:00 bis 20:30 Uhr

Montag, 20.07.2026  
19:00 bis 21:00 Uhr

**Beitrag pro Abend 12 €**

**Samstag 09.05.2026**  
von 10:00 bis 17:00 Uhr  
Tanztag in Mü-Perlach  
Anmeldung und Näheres bei  
Juliane



Aktuelles immer auf:  
[www.tanzundbewegung-  
juliane.de](http://www.tanzundbewegung-juliane.de)



Juliane Lorz  
St.-Hubertus-Str. 36  
82538 Geretsried  
[siju.lorz@kabelmail.de](mailto:siju.lorz@kabelmail.de)  
Tel. 08171-32246  
Mobil: 0172 751 91 55



**1. Halbjahr  
2026**