

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**

Keine Planung im Herbst

Vorschau:

Kleine Oase – Tanznachmittag
mit Entspannung

10. April 2027 – 14:00 bis
16:30 Uhr

**Anmeldung zu den
jeweiligen Kursabenden
erbeten!**

Meditation in Bewegung

Tanzmeditation

Tänze im Jahreskreis

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

Montag, 28.09.2026
19:00 bis 20:30 Uhr

Montag, 26.10.2026
19:00 bis 20:30 Uhr

Mittwoch, 30.12.2026
18:00 bis 19:15 Uhr
Kirche St. Josef

Beitrag pro Abend 12 €

Tanzkreisfest
Samstag, 14. November 2026
14:00 bis 17:30 Uhr

Pfarrheim St. Josef d. A.
Waldram

Tanzen und Zeit zum
Austausch und Ratschen mit
Kaffee/Tee und Imbiss



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



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



Herbst 2026