

Affectieve Aanraking: Biodanza & Massage



Aanraken en (aan-)geraakt worden, het doet iets met jou en met mij, het is geven en ontvangen. De aanraking roept verschillende gevoelens op en geeft vele sensaties in ons lichaam.

De Affectieve Aanraking is van levensbelang! Dit begint al in onze moeder met de 'huid stimulering' in de baarmoeder, daarna bij de geboorte in het geboortekanaal waardoor de ademhaling wordt gestimuleerd en dan als baby in de armen van onze ouders.

Tijdens het opgroeien heeft onze huid, als grootste orgaan, ook stimulatie nodig. Als kind blijven we alles aanraken, maar door culturele invloeden mag er steeds minder worden aangeraakt tussen mensen. In de pubertijd is dan weer een ervaring in de aanraking (behoefte) om nieuwe relaties te kunnen vormen.

Ons gevoel, onze huid, verbindt ons met alles om ons heen. Een aanraking ontspant ons en versterkt ons immuunsysteem. Een Affectieve Aanraking is helend voor ons als mens en is nodig (zelfs noodzakelijk!) tot onze dood.

Tijdens deze 2 dagen zal het contact zich verdiepen, zowel met onszelf, als met de mensen om ons heen, door de aanraking.

Biodanza, Verbinding, Affectieve Aanraking en Massage zijn de kernwoorden voor deze dagen.

De dagen zijn los te volgen, maar complementeren elkaar.



Locatie:

Euretmie zaal van de Rudolf Steinerschool,
Sperwerstraat 1, 1826 KL Alkmaar
Parkeren voor de school mogelijk.

Data:

Zondag 24 september 2017, 10:00 uur binnenkomen, 10:30
beginnen, tot ongeveer 17:30.

Zondag 29 oktober 2017, 10:00 uur binnenkomen, 10:30
beginnen, tot ongeveer 17:30.

De dagen zijn complementair aan elkaar, maar ook los te volgen.

Minimaal 6 maanden Biodanza ervaring is gewenst.

Prijs:

€ 55,00 per dag of € 95,00 voor beide dagen.

Maak € 20,00 over op rekening NL36 INGB 0009679681 als
aanbetaling o.v.v. Biodanza en Massage, 'jouw naam'.

Mail jouw gegevens voor je aanmelding naar info@jouwdans.nl

Zelf mee te nemen:

Voor het dansen & massage: een matje, dekentje, een badlaken,
een flesje water en sloffen of sokken voor tijdens de lunch.

Voor de lunch: Iets lekkers om te delen in een buffet vorm.

Organisatie:

Michel Balder
06 51 80 77 72

info@jouwdans.nl
www.jouwdans.nl

