



# Pink elephant

## FUSION DANCE WORKSHOP

25. August 2017 in Zürich

### Wir bringen euch:

- ❖ Die 3 besten Tribal-Fusion-Signature-Moves & Drills direkt aus Portland, Oregon - inspired by Rachel Brice 8 Elements Format
- ❖ Schöne Arme sind die Eleganz einer Tänzerin - \_wir werden ein Arm-Drilling üben, um neue Muskeln zu bilden und verankern dann die Bewegungen ganz im Körper
- ❖ Eine inspirierende Combo, um die neuen Moves zum Leben zu erwecken!

### Mind-Training-Übungen für den bewussten Tanz:

- ❖ Wie kann ich den Geist über den Körper steuern?
- ❖ Eine spezielle Meditation, um eure Grenzen zu erweitern - so viel können wir schon verraten: Es wird lustig werden!
- ❖ Moon Salutations - Ode an die Weiblichkeit



# Pink elephant

**DATUM:** Freitag, 25. August 2017  
**ZEIT:** 18.00-21.00 Uhr  
**ORT:** Yoga Lounge, Schoffelgasse 3, 8001 Zürich  
**PREIS:** CHF 90.--  
**KLEIDER:** bequeme Tanztrainingskleider

**ANMELDUNG UNTER:**

Bitte meldet euch so rasch als möglich unter [gs@stj.ch](mailto:gs@stj.ch) an, damit wir wissen, ob der Workshop stattfinden kann

**COMMUNITY LOVE:** Pro Workshop laden wir 1-2 Personen ein, den wir glauben alle gleiche Möglichkeiten für alle, falls ihr jemanden dafür vorschlagen möchtet, meldet euch!