



## Heilsamer Ägyptischer Tanz

Wir beginnen mit heilsamen und tief entspannenden achtsamen Übungen  
im Stehen, Gehen, Sitzen und Liegen auf der Matte.

Aus einem erfrischten und tief verbundenen Körpergefühl beginnen wir uns  
zu bewegen, zu schwingen, zu kreisen und zu drehen.

Mit aus dem eigenen Inneren kommenden Bewegungen erleben wir die Wirkung des  
lebendigen, erdverbundenen, sanften, schwungvollen und befreienden Tanzes.

mit Mag.a Doris Schelch

Psychologin und Bewegungspädagogin

Langjährige Erfahrung in Einzelarbeit und als Gruppenleiterin

Viele Studienaufenthalte und Leitung von Seminaren in Ägypten

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

Termin: jeweils einmal im Monat – siehe Monatsprogramm [www.aac-spiritual.com](http://www.aac-spiritual.com)

Ort: Zentrum P.U.U.N., Komödiengasse 1, 1020 Wien

Informationen und Anmeldung

Email: [doris-schelch-office@gmx.at](mailto:doris-schelch-office@gmx.at) Web: [www.wege-zum-ich.co.at](http://www.wege-zum-ich.co.at) Tel. 0650 5441610

und Email: [zentrumpuun@aon.at](mailto:zentrumpuun@aon.at) Web: [www.aac-spiritual.com](http://www.aac-spiritual.com) Tel. 01 212048811

Die Einnahmen dienen der Aufrechterhaltung des Zentrum P.U.U.N.