

## Ich biete für Sie an

- ◆ **Tanz- und Körpertherapie in Einzelbegleitung**
- ◆ **Tiefenentspannung und Körpertherapie im Wasser in Einzelbegleitung**
- ◆ **Biodynamische Massage**
- ◆ **Gruppe Tanztherapie**
- ◆ **VHS-Kurse für Frauen Biodynamisches Tanzen**  
Körperwahrnehmung, Tanz & Entspannung
- ◆ **Workshops**  
z. B. Tanz am Meer, Tanz der Emotionen, Tanz zwischen den Jahren; Themenwünsche sind möglich
- ◆ **Bewegung & Tanz für Ihre Tagung**  
das Gehörte kann sich setzen wenn wir gemeinsam in Bewegung kommen

## Termine

für Workshops, Gruppen und Einzelbegleitung an Land und im Wasser nach Absprache



## Meine Ausbildung



Am Institut „Heilende Kräfte im Tanz“ absolvierte ich 2006 die Ausbildung zur Tanzpädagogin HKiT®, darauffolgend die 5jährige Ausbildung zur Tanz- und Körpertherapeutin und 2011 die Zusatzausbildung zur Wassertherapeutin WHKiT®.



**Angelika Strahl**  
Tanz- und Körpertherapeutin  
Wassertherapeutin WHKiT®  
Husum, Tel. 04841-62284  
info@tanzenbewegt.de

## *Tanzend*

*die eigene Wahrheit  
entdecken*



Tanz- und Körpertherapie

Heilende Kräfte im  
Tanz®



## Heilende Kräfte im Tanz®

(HKIT®) ist eine von Gabriele Fischer entwickelte Methode, welche die Bodynamische Psychologie von Gerda Boyesen mit dem Tanz verbindet.

Die Tanz- und Körpertherapie HKIT® öffnet spielerisch leicht die Türen, sich das ursprüngliche Bewegungswissen wieder zu erschließen, das im Körperbewusstsein jedes Menschen verankert ist.

Liebvolle Kontaktaufnahme zum eigenen Körper ermöglicht gespürte Bewegung. Sie hat das Potential, starr gewordene Verhaltens- und Glaubensmuster in Bewegung zu bringen.

**Das Glück liegt in uns -  
nicht in den Dingen**



## Einzelbegleitung

Leben ist Bewegung. Leben ist wie Tanz ein fortwährender Prozess der Wandlung, unvorhersehbar und voller Überraschungen.

Mit meiner Präsenz begleite ich Sie in wertschätzender und achtungsvoller Haltung bei Ihrem Anliegen. Im Gespräch und über den Zugang zum Körper, z.B. über den Atem, behutsame Berührung, Bewegung und Tanz öffnen sich Räume, in denen sich Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche zeigen. Sie weisen hin zu einem erfüllten Leben.

## Bodynamische Massage

Die wohltuende und entspannende Berührung schafft tiefes Vertrauen in die eigene Körperwahrnehmung.

**Unser Körper ist  
unser Geschenk zum Leben**



## Von der Lust am Tanzen

### Gemeinsam in der Gruppe

und doch individuell jede für sich, gehen wir liebevoll auf Entdeckungsjahre in unseren Körper: den Alltag abschütteln, im Körper ankommen, den Augenblick wahrnehmen...

Gemeinsam nach innen lauschend, im achtsamen Tanz findest du deine Bewegungen, die dir gut tun. Ganz bei dir entdeckst du die Kraft und Schönheit deines Körpers und tanzt deinen Tanz im Fluss der Lebensenergie.

**Tanzen  
bringt Lebensfreude!**



Fotos © Freya Fischer