

# **TRANCE – DANCE - Der Tanz des Lebens**

**Wenn dein Körper tanzt, erinnert sich deine Seele**



Es ist Zeit zurückzukehren  
in unseren Körper und unsere Mutter Natur  
durch tanzen zu feiern, als die Menschen,  
die mit dem Herzen tanzen.

**Trance Dance ist** eines der ältesten Heilrituale der Welt und wird heute noch in den alten Kulturen praktiziert um spirituelle Ganzheit zu erreichen. Jeder Mensch hat seinen eigenen inneren Rhythmus und Bewegungsstil. Wenn wir erlauben uns frei zu bewegen erschaffen wir einen heilenden Raum, in dem wir den natürlichen Fluss unserer Gedanken und Gefühle ausleben, ausdrücken, erforschen und loslassen können.

**Trance Dance unterstützt** blockierende Erfahrungen und Ereignisse loszulassen. Diese körperlichen, geistigen und seelischen Blockaden werden erkannt und können aufgelöst werden.

**Trance Dance hilft** brachliegende Eigenschaften und Fähigkeiten wieder zu integrieren und zu leben. Diese Erfahrung bringt dich sehr schnell in Kontakt mit dem eigenen Fluss des Lebens.

>> Du bist nicht länger der Tänzer, Du bist der Tanz <<  
Frank Natale

**Trance Dance wirkt** entspannend, belebend, bringt dich ins Jetzt und heilt. Durch rituelles Trommeln, Rasseln, diverse Rhythmen, Bewegungen und Atemmustern erfährst du Veränderung und Erweiterung im Bewusstsein. Dein Gehirn nimmt eine andere Schwingungsfrequenz an und es werden körpereigene Hormone frei gesetzt. Durch Atem, Rhythmus und Bewegung werden Gedanken und Gefühle gereinigt. Die Atemmuster wirken stabilisierend und immun stärkend.

**Entdecke deinen Tänzer wieder, tanze in dieses großartige Abenteuer und begegne einem Teil von dir, der seit langem in dir schlummert.**



**Gesundheitspraxis Dimensionen**

**Heim Margot – Engenberg 6 – 88178 Heimenkirch Tel: + 49 (0)8381 / 92 98 96 4**

**[praxis@dimensionen.info](mailto:praxis@dimensionen.info)**

**[www.dimensionen.info](http://www.dimensionen.info)**