

# Bewegt ins Wochenende – Herbst 2021

freitags von 19.30 bis 21.30 Uhr

Alte Kirche Krefeld



Freier Tanz mit Hanna Agurski

Freitag, 24. September

29. Oktober

26. November

Wir starten im Kirchenraum, einem eigentlich nicht für Tanz vorgesehenen Ort, mit einer besonderen Atmosphäre und kommen erst einmal an. Hier kannst du dich der christlichen Spiritualität öffnen und beim Tanzen neue Erfahrungen mit „Kirche“ erleben. Ich begleite Dich mit vielfältiger, ganz unterschiedlicher Musik um den Tanz an jedem der drei Abende für Dich zu nutzen. Du kannst Stress loslassen und in mehr Entspannung gelangen. Die Musik kann dir diese Möglichkeit geben und dich inspirieren, die Gedanken loszulassen und Gefühle und den Körper wahrzunehmen. Du kannst in die Musik eintauchen und deinen Impulsen folgen, so wie es sich für dich gut anfühlt.

Du musst nichts leisten. Es gibt kein richtig oder falsch ...

Am Ende des Abends wird es ein Abschluss-Ritual geben.

**Initiative Dance.Flow.Spirit\* in Kooperation mit der Alten Kirche**

**Ort:** Alte Kirche Krefeld  
Innenstadt Krefeld,  
Nähe Schwanenmarkt

Die Initiative Dance.Flow.Spirit gehört zu den neuen Erprobungsräumen der Evangelischen Kirche im Rheinland  
[www.danceflowspirit.wordpress.com](http://www.danceflowspirit.wordpress.com)

ERPRÜBUNGSRÄUME

Platz für neue Ideen. Mitten in der Kirche.