

BAUCHTANZ und Shiatsu-Workshop

für
Anfänger_innen und Fortgeschrittene



Am Samstag den **21. MÄRZ 2020** von **15 -18 Uhr**
wollen wir uns wieder mit einem **Bauchtanz- und Shiatsu-Nachmittag** verwöhnen, den
Manuela Köppel leitet.

Bitte bringt ein Tuch für die Hüften, Socken und bequeme Kleidung mit.

Wir werden **Bauchtanz** lernen, der für Lust an der Bewegung, Ausdrucks- und
Lebensfreude steht.

Nach einer kurzen Pause wird es einen **Shiatsu**-Workshop geben, eine Form der Massage,
zum Wohlfühlen und Entspannen.

Wo: im Saal des Jugend- und Familienzentrums JeverNeun, Jeverstraße 9
12157 Berlin

Wer: Jugendliche, junge Erwachsene und Junggebliebene

Teilnahmegebühr: 5 €

Anmeldungen bitte bis zum 15. März 2020 per Mail oder Telefon (s.u.)