

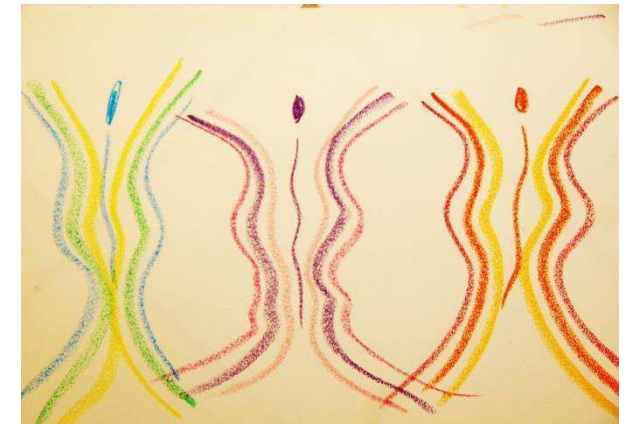


## Über mich

- Candida Kraus
- Jahrgang 1971
- Heilpraktikerin für Psychotherapie
- klassische Ballettausbildung (Heinz-Bosl-Stiftung München)
- Tanzerfahrung im Showtanz, Hiphop, Jazz
- Studium der Linguistik, Germanistik und Geschichte
- im 4. Jahr der 4,5 jährigen Ausbildung zur Tanztherapeutin BTD® am Europäischen Zentrum für Tanztherapie (Ezetthera)

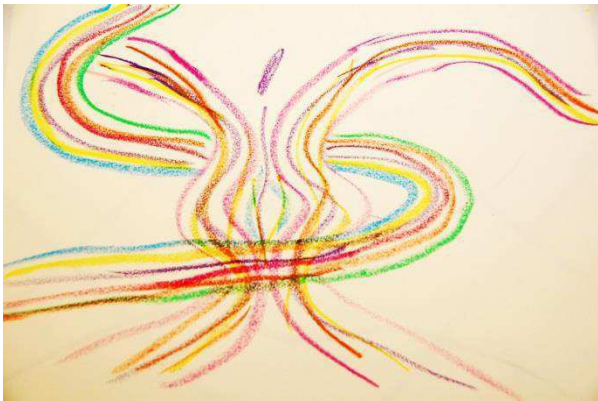
## Jeder kann tanzen

Achtsame Bewegungserfahrung für Menschen mit Übergewicht



## Neue Kurstermine

- Uhrzeit: 19.00-20.00, dienstags
- Ort: Ezetthera (Europäisches Zentrum für Tanztherapie)  
Geyerspergerstraße 25, 80689 München
- Kurs Winter/Frühjahr 2018: Beginn 9.1.2018, 10 Termine
- Kurs Frühjahr/Sommer 2018: Beginn 10.4.2018, 10 Termine
- Kosten: 80- EUR für 10 Termine;
- Anmeldung und Information:  
[www.tanzzumir.de/kursangebot](http://www.tanzzumir.de/kursangebot)  
oder über EZETTHERA



## Für alle Menschen mit Übergewicht

Die Freude an Tanz und Bewegung (wieder) entdecken

Eine geschützte Umgebung genießen

Sich Musik und Rhythmus hingeben

Erleben, dass Bewegung nährt

Den eigenen Körper neu entdecken

Die eigenen Stärken kennenlernen

Neue Bewegungen lernen

Sich spielerisch ausprobieren



Strukturiertes Aufwärmen mit Bewegung und Belebung aller Körperpartien

Übungen zur Erforschung des eigenen Bewegungsspektrums

Kreistänze

Entspannung und Körperwahrnehmung

Keinerlei tänzerische Vorkenntnisse erforderlich