



**„KOBIEȚA, EMOCJE I TANGO” –
Regularny kurs Tanga Argentyńskiego
i rozwoju osobistego wyłącznie dla Kobiet!**

DWIE GRUPY – DWA STOPNIE ZAAWANSOWANIA!

KAŹDA ŚRODA

START: 04 STYCZANIA – KONIEC: 21 MARCA

GRUPA ROZTAŃCZONA: godz. 19:15 – 20:45

GRUPA POCZATKUJĄCA: godz. 21:00 – 22:00

Mówi się, że do tanga trzeba dwojga – dokładnie tak – potrzeba Ciebie i Twojej chęci do nauki tego, pełnego żaru i namiętności, tańca. Ten duet w zupełności wystarczy, byś zaczęła podążać w rytmach tanga i stosować elementy charakterystyczne dla tego tańca, a przede wszystkim, byś pozwoliła zatańczyć swojej duszy, wyrazić swoje emocje i po prostu odplynęła w rytmach la cumparsity.

DLACZEGO WARTO:

Zajęcia Tango SOLO zostały stworzone właśnie dla Kobiet, które chcą poznać zasady tego tańca, wykorzystać je do tańczenia różnych układów tanecznych, tak by ewentualnie w przyszłości, gdy będą tańczyć w parze, lepiej radzić sobie w tym tańcu. By nie rezygnowały z tego fascynującego tańca teraz, gdy niekoniecznie mają partnera...

Tango SOLO to także sposób na jeszcze lepsze poznanie siebie, to łagodna i szalenie przyjemna forma dotarcia do tego czegoś w nas, co jest prawdziwe, do naszych emocji, schematów działania, dotarcie do siebie, do swojej energii życiowej. To umiejętność pełnej akceptacji siebie.

Tango jest w każdym z nas, trzeba je tylko uwolnić i pozwolić mu się poprowadzić...

CO ZYSKASZ:

- Nauczysz się kroków podstawowych tanga, poznasz elementy charakterystyczne dla tego tańca, do zastosowania solo lub w parze;
- Poznasz niezwykłą muzykę, która budzi wszystkie zmysły, porusza nie tylko ciało, ale także serce i duszę; muzykę transową, która posiada właściwości terapeutyczne;
- Poznasz lepiej własne ciało, jego niezwykle możliwości komunikowania swoich potrzeb, swoje „słabsze” punkty, które nauczysz się wzmacniać;
- Poznasz możliwości swojego oddechu dające Ci siłę w codziennym życiu;

- Nauczysz się wyrażać swoje emocje i uczucia w rytmach tanga i nie tylko;
- Nauczysz się relaksować swój umysł, tak by być TU I TERAZ;
- Odczujesz zmianę swojej postawy, nie tylko na parkiecie;
- Popracujesz nad równowagą w tangu, która przenosić się będzie na całe życie;
- Dasz sobie pełne prawo do bycia sobą!!!

NA CZYM POLEGAJĄ ZAJĘCIA:

Zajęcia są połączeniem nauki elementów tanga argentyńskiego dla kobiet z elementami rozwoju osobistego poprzez ruch, taniec i muzykę tanga, z elementami medycyny energetycznej, jogi hormonalnej etc.

W trakcie m.in.:

Tango solo w wyjątkowym układzie dla odważnych i kobiecych Kobiet!!! Układ, którym będziemy opowiadać przepiękne historie...

Siła i magia tanga tańczonego w grupie wyłącznie z innymi kobietami.

Komunikacja w tańcu i w życiu, czyli elementy partnerowania w tangu – bycie prowadzoną i prowadzącą, bycie kobietą silną, bycie kobietą delikatną etc.

A także „spontan - tango – czyli co mi w duszy gra”, spontaniczny taniec Twojego ciała powodowany aktualnym stanem emocjonalnym, potrzebami i pomysłami, dający głębszy wgląd w siebie oraz pełniejszą akceptację siebie.

Rozgrzewki energetyzujące i relaksujące ciało;

Redukcja napięć i użyteczne formy masażu;

Wizualizacje i medytacja w ruchu oraz inne narzędzia rozwoju osobistego, a wszystko to w klimacie tanga.

MIEJSCE: Studio Jogi YAM, ul. Kochanowskiego 4

CENA: GRUPA POCZĄTKUJĄCA: 270 zł od osoby za kurs (**12 GODZINNYCH spotkań**) jeśli płacone w całości lub **320 zł** płacone w dwóch ratach po **160 zł**: pierwsza rata płacona do 04.01., druga rata płacona do 08.02.12r.

ILOŚĆ MIEJSC W TEJ GRUPIE JEST OGRANICZONA DO 10!

GRUPA ROZTAŃCZONA: 397 zł od osoby za kurs (**12 PÓŁTORAGODZINNYCH spotkań**) jeśli płacone w całości lub **450 zł** płacone w dwóch ratach: 250 zł pierwsza rata płacona do 04.01., druga rata 200 zł płacona do 08.02.12r.

ILOŚĆ MIEJSC W TEJ GRUPIE JEST OGRANICZONA DO 8!

Zajęcia można opłacić na miejscu lub wpłacić pieniądze na konto.

DANE DO PRZELEW:

Magdalena Samolik
ul. Brzask 21C/16
60-369 Poznań

BZ WBK 29 1090 1636 0000 0001 0895 0823

WIĘCEJ INFO: TEL. 508 390 319