

TSEMPPIÄ TANSSISTA -RYHMÄ



RYHMÄ KOKOONTUU 18.9.-20.11.2019 YHTEENSÄ 10 KERTAA,
KESKIVIIKKOISIN KLO. 13.15 ALKAEN (N. 1,5 TUNTIA).

RYHMÄ POHJAUTUU TANSSI- JA LIKETERAPEUTTISIIN MENETELMIIN.
HARJOITUKSET OVAT LUOVAA ITSETUTKISKELUA,
JOSSA KEHO JA MIELI YHDISTYVÄT.

RYHMÄSSÄ JOKAINEN SAA LIIKKUA OMASSA RYTMISSÄ ITSELLEEN
LUONTAISELLA TAVALLA. KEHOTIETOISUUDEN KAUTTA
OPIimme ENTISTÄ PAREMMIN TULKITSEMAAN
JA YMMÄRTÄMÄÄN ITSEÄMME JA TOIMINTAAMME.

LUOVAN LIIKKEEN KEINON VÄHVISETÄÄN VOIMAVAROJA JA
ITSEILMAISUA, JA TUNTEIDEN TUNNISTAMINEN HELPOTTUU.

RYHMÄKERROILLA ON MYÖS VUOROVAIKUTUSHARJOITUKSIA
LEMPEÄSTI JA YKSILÖLLISESTI TOTEUTETTUINA.

HARJOITUKSET SOPIVAT KAIKENIKÄISILLE HYVINVOINNISTA RIIPPUMATTA, NE
EIVÄT OLE HIKIJUMPPAA, EIKÄ AIKAISEMPAA TANSSIKOKEMUSTA TARVITA.

Ryhmäkokonaisuuden omavastuu on 20€/hlö.
Ilmoittaudu mukaan viimeistään
30.8. Tsemppi-Talon henkilökunnalle.

Ryhmän ohjaajat Kirsi ja Marja
haastattelevat ryhmäläiset 3.9. ja 4.9.

Ryhmään mahtuu n. 10 osallistujaa, ryhmävalinnat
ilmoitetaan henkilökohtaisesti.

Tule avoimin mielin ja rohkeasti mukaan!