



alcelsa®
das leben befügeln

Alcelsa® ~ Tanz dich ins Leben

Tanz ist eine der vielfältigen Ausdrucksformen des Alcelsa.

Alcelsa-Tanz befreit von dem, was deinen Körper im Alltag festhält und anspannt.

Wenn du ein Thema auf dem Herzen hast, ist der Raum gegeben, es im Tanz zu klären. Alcelsa-Tanz ist Selbstentwicklung.

Leichte Körperübungen zuvor helfen, beim Tanzen noch mehr loszulassen.

Im freien Alcelsa-Tanz kommt immer mehr deine eigene Essenz ans Licht. Dies beschwingt deinen Alltag, dein Leben.

Alcelsa-Tanz ist allen Menschen möglich - unabhängig vom Alter und der derzeitigen körperlichen Beweglichkeit. Es braucht keine Voraussetzungen - außer Spaß am Tanzen.

Wir tanzen barfuß oder mit Stoppersocken.

Infos über Alcelsa: www.alcelsa.com

Leitung: Annett Kremer, Barbara Alrubeay, Sabine Buchholz-Gnadler im Wechsel

Wann: jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat

Zeit: 18 Uhr (pünktlicher Beginn; die Türe wird geschlossen)

Dauer: 2 - 2 ½ Stunden

Ort: impuls e.V. , Fleetrade 78, 28207 Bremen

Anmeldung /Infos: 0179 - 7840403 (Annett)

0421 - 456025 (Barbara)

0421 - 3339115 (Sabine)

www.alcelsa-bremen.de

