



„Tag der offenen Tür“ am 12.09.26

Ein Erlebnistag mit „Best of Dance“, Yoga u.v.m....

Am **Sa.12.09.2026** von **11 bis 18 Uhr** lade ich dich ganz herzlich in meine wunderschöne **Tanzoase** auf der **Palmstr. 17, 09130 Chemnitz** zum **Tag der offenen Tür** ein.

Dich erwarten **4 verschiedene Tanzworkshops** zum Mitmachen und du lernst dabei mein einmaliges Konzept „**Best of Dance**“ kennen mit **Bauchtanz, Hula, Kreis- und Meditativen Tänzern, Mantra Dance** u.m.. Weiterhin hast du die Möglichkeit das besondere **Yoga- und Entspannungsprogramm ZENbo® Balance** auszuprobieren und dich in einer Frauenrunde **Healing Talks & Dance** über die Themen **Weiblichkeit und Frausein** auszutauschen. Workshopdauer je 45 min. + 15 min. Pause

11:00 WS1: Belly Dance (Orientalischer Tanz/Bauchtanz)-ist nicht nur Weiblichkeit pur, sondern tut Körper, Geist und Seele gut!

12:00 WS2: Hawaiian Hula Dance- dieser Volkstanz Hawaiis bringt die Fülle des Lebens zum Ausdruck und öffnet das Herz!

13:00 WS3: Circle-Dance (Kreistanz)- ist eine Quelle der Kraft und Lebensfreude und fördert das Gemeinschaftsgefühl. **Sacred Dance (Meditativer Tanz)**-ist nährend, stärkend und eignet sich zum Besinnen und Hineinspüren.

14:00 Pause mit Gesprächsrunden

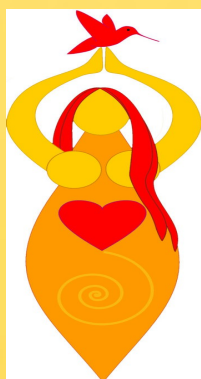
15:00 WS4: Mantra-Dance – Elemente aus Yoga, Qi Gong & Tai Chi werden tänzerisch vereint und unter Begleitung einer Musik mit Mantren-Gesang ausgeführt.

16:00 WS5: Zenbo® Balance - ein neues sanftes Body & Mind Übungsprogramm, welches Yin-Yoga mit westlichen Entspannungsverfahren (wie z. B. Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung), Meditation & ZEN vereint

17:00 WS6: Healing Talks & Dance - Frauen-Gesprächsrunde, umramt mit tänzerischen Bewegungen.

18:00 Abschluß

Nutze diese ganztägigen kostenlosen Schnupper-Workshops, Gesprächs- und Tanzrunden und genieße einen **besonderen Erlebnistag! Maximale Teilnehmerzahl pro Workshop = 10 Personen**. Kleine Snacks, Obst und Getränke sind incl. dabei.



Verbindliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

Telefonisch → 0371 4447889, 0172 7918328,

per Mail → bellakalima@aol.com, oder unter

www.bella-kalima.de

+++

Ort: Kali Ma`s Belly Dance & Healing“ – DIE Tanzoase -
Palmstr. 17 – 09130 Chemnitz