

Inspiratiemoment Katia Van Cleynenbreugel 11/10:
LEVENS DANSEN



Levensdansen (ook wel sacrale of meditative dans genoemd) zijn eenvoudige dansen in cirkel. Doorheen de dans maken mensen al eeuwenlang de verbinding met de groep, de gemeenschap, de natuur, de kosmos. Bij levensdansen gaat het niet om de dansprestatie maar om de ervaring. Door de zich steeds herhalende danspatronen en door het meegevoerd worden door de muziek ontstaat er ruimte in jezelf.

Na de dans worden de belevingen met elkaar gedeeld. Het aanbod bestaat uit een aantal eenvoudige dansen die je gemakkelijk kan aanleren aan je leerlingen en dit op verschillende momenten doorheen het kerkelijk jaar.

De deelnemers worden uitgenodigd om iets mee te brengen dat voor hen waardevol is.