

# YogaDancing®

## Getanzte Lebenskraft

YogaDancing® ist eine Möglichkeit, sich der Welt der Bewegung ANDERS zu erschließen. Dabei verbindet sich der achtsame Pfad des Yoga mit der Freude am Tanzen.

Zu multikultureller Musik darf die eigene individuelle Bewegung getanzt als auch choreographierten Schritten gefolgt werden. YogaDancing® bietet zudem einen leichten Einstieg in eine meditative Erfahrung.

Die 5 Elemente für ein abwechslungsreiches Bewegung:

Yoga-Step, ASANADANCE®, dance-free, mantra moves® und Yo-Relax!

Frei nach dem Motto:

„Komm´ wie du bist  
und beweg´ dich!“



**Miriam Wessels**

Yogalehrerin,  
Diplom Sport-  
wissenschaftlerin,  
Heilpraktikerin

### INFOS UNTER

[www.miriamwessels.de](http://www.miriamwessels.de) | [maren@miriamwessels.de](mailto:maren@miriamwessels.de)

+ 49 40 514 93 632 | + 49 177 514 93 63

# YogaDancing®

by Miriam Wessels



WORK  
SHOPS

AUSBIL-  
DUNG



Getanzte  
Lebenskraft

2020

WORK  
SHOPS



### HAMBURG | TAGESWORKSHOPS

01.12.2019, 05.04.2020, 9 -17 Uhr | Kosten: 100 €

### HAMBURG | ABENDWORKSHOPS

11.9., 16.10., 20.11., 18.12. | 18:30 - 21 Uhr,  
Kosten: 1 x 40 €, 2 x 75 €, 3 x 100 €, 4 x 130 €

Infos und Anmeldung unter [Maren@MiriamWessels.de](mailto:Maren@MiriamWessels.de)  
FYTT location | Borsteler Chaussee 102 | 22453 Hamburg

### LEIPZIG | TAGESWORKSHOP

15.03.2020 | 9 - 16 Uhr | Kosten: 80 €

Infos und Anmeldung unter [Maren@Miriamwessels.de](mailto:Maren@Miriamwessels.de)  
Ashtanga Yoga Loft Leipzig | Karl-Heine-Str. 85a |  
(Westwerk/Hintergebäude links) | 04229 Leipzig

### HAMM | 2-TAGESWORKSHOP

22./23.8.2020 | 10-20:30 Uhr | 9-13 Uhr | Kosten: 240 € (inkl.Ü/V)

Infos und Anmeldung unter [events.dtb-gymnet.de](http://events.dtb-gymnet.de) „Yogadancing“  
Westfälischer Turnerbund e.V. | Zum Schloss Oberwerries | 59073 Hamm

### SCHWEIZ | TAGESWORKSHOP

30.11.2019 | 9 -17 Uhr | Kosten: 130 CHF

Infos und Anmeldung unter [ruth.widmann@gmail.com](mailto:ruth.widmann@gmail.com)  
Yogaraum | Luzernerstrasse 24 | 5712 Beinwil am See

## HAMBURG | AUSBILDUNG 2020

### MODUL 1 11.-13.09.2020

Grundlagen I: Füße, Tanz und Musik

### MODUL 2 16.-18.10.2020

Grundlagen II: Yoga, Chakren und Aufrichtung

### MODUL 3 20.-22.11.2020

mantra moves® - Hände, Meditation und Atmung

### MODUL 4 18.-20.12.2020

ASANADANCE®: Asanas, Emotionen und Supervision

### MODUL 5 29.-31.01.2021

Umsetzung: Marketing, Supervision und Kreativität

#### Zeiten:

Freitag 18:30 - 21 Uhr Praxis

Samstag 9 - 18 Uhr

Sonntag 9 - 16 Uhr

Kosten: 1.300 € (-10% bis 7 Wochen vorher)

AUSBIL-  
DUNG

