



Workshop Raccolto di luce

Giornata esperienziale di Biodanza con Rosa e Pittura su foglio con Jel

Raccogliamo insieme l'infinita luce di questa estate.

Con il corpo danziamo la gratitudine. Con il colore dipingiamo l'abbondanza.

Un tempo speciale da dedicare a se stessi per celebrare la pienezza dell'estate, alleggerire la mente e dare forma alle tue emozioni attraverso il movimento spontaneo e l'espressione artistica. Non servono competenze di danza o di pittura: porta solo te stessa e la voglia di lasciare un segno.

Cosa ti aspetta:

- **Biodanza:** Risveglia la tua energia vitale, entra in connessione con il corpo ed esprimi la tua gratitudine attraverso la musica e il movimento fluido.
- **Pittura Intuitiva:** Lascia scorrere i colori su foglio per dare forma visiva all'abbondanza e alle sensazioni scoperte nella danza.
- **Condivisione e Relax:** Un cerchio accogliente e protetto dove rigenerarti in armonia con gli altri.

Quando

Sabato 5 settembre 2026

Orario

dalle 10.00 alle 17.00

Dove

Nuova Sede Hands4You OdV
Viale Druso 229 - Bolzano

Eventuali cambi di data verranno comunicati telefonicamente ai partecipanti. Si consiglia un abbigliamento comodo e calze antiscivolo.
Eventuelle Terminänderungen werden den Teilnehmern telefonisch mitgeteilt. Bequeme Kleidung und rutschfeste Socken werden empfohlen.

Costo del corso: € 10,00 + € 10,00 di tessera associativa

Iscrizione/Info – Anmeldung/Info:

Hands4you OdV - Viale Druso 229 Drususallee- 39100 Bolzano Bozen

Rosa 328 8844094 - Jel 338 2560115 - 0471 1650417

hands4you.bz@hands-bz.it www.hands4you.it



Autonome Provinz Bozen
Provincia autonoma di Bolzano
Provinzia autonoma de Bulsan
SÜDTIROL • ALTO ADIGE