

Theaterstudio De Loods . Prinseneiland 20G . Amsterdam

Iedere donderdagavond van 20.00 – 22.15 uur.



# BIO DANZA MET PHOEBE



**Dans, geniet en leef wie je werkelijk bent**

# BIO DANZA MET PHOEBE

**Verlang je naar een bruisend, vitaal leven?  
In contact met wie jijzelf van binnen bent?  
Verbonden met alles in en om je heen?  
Kom dan naar Biodanza, en geniet van  
de Dans van je Leven!**

Biodanza werd in Chili in de jaren zestig gecreëerd door Rolando Toro, professor in de psychologie en medische antropologie. Inmiddels danst men over de hele wereld Biodanza.

## **Dansen vanuit het hart**

Door Biodanza te dansen leer je dat je intens verbonden kunt zijn in elk moment van je leven.

Met behulp van muziek vertaal je emoties in beweging.

Dan maak je in jouw dans contact met jezelf, de ander en de groep.

En daar gebeurt het: je geniet in het moment...zonder woorden.

## **Leven wie je werkelijk bent**

Biodanza is een persoonlijk transformatieproces.

Al na één workshop zijn voor de meeste deelnemers

duidelijke effecten merkbaar. Je voelt je fit, krijgt meer zelfvertrouwen,

wordt liefdevoller naar jezelf en anderen. Biodanza verbindt je met jouw kern. En van daaruit richt je je leven in naar wat goed voor jôu is.

## **Kom meegenieten**

De beste manier om Biodanza en de effecten te ervaren is lekker een avond te komen dansen!

Je bent van harte welkom en kunt wekelijks instromen voor een kennismaking. Meld je je van tevoren even aan?

## **Biodanza met Phoebe**

In haar vorige werkende leven had Phoebe een communicatiebureau.

Nu is zij Biodanza docent, directeur van de school van Biodanza in

Rotterdam en zit in het bestuur van de Vereniging voor Biodanza docenten Nederland.



## **DONDERDAGAVOND**

Theaterstudio De Loods  
Prinseneiland 20G  
Amsterdam

10 minuten lopen van  
Centraal Station;  
Tram 3 en bus 18 en 22  
om de hoek.  
Zie website voor route.

## **Tijd**

Van 20.00-22.15 uur,  
Inloop om 19.45 uur

## **Prijs**

€ 17 per les. Een dans-  
kaart voor tien weken  
kost € 135.  
Kennismakingskaart  
vijf weken € 65.  
Dans je voor de 1e keer?  
Iedere 1e donderdag  
van de maand € 11!

## **Info en opgave**

Bel Phoebe  
020-6260339 of mail  
biodanza@telfort.nl.  
Info over Biodanzadagen  
en weekends vind je op  
de website.

**Voor meer info en het laatste nieuws: [www.biodanzametphoebe.nl](http://www.biodanzametphoebe.nl)**