

KATEŘINA TOMISOVÁ (Brno)

<https://www.facebook.com/katerina.tomisova?fref=ts>

(Text a program z roku 2015, bude ještě lektorkou aktualizován)



Zakladatelka Centra Indigenous, vytvořila koncept Bytí v tanci, kterým již několik let provází...

Workshopy vedou do Ticha, k přirozenosti a radosti, která sídlí v každém z nás... V průběhu Bytí v tanci je každý účastník očištěn posvátnými vykuřovadly a přes úvodní ztišení veden do tance... Tančí se svobodný spontánní tanec i společný kmenový dynamický tanec za zvuků živých djembe, ve kterém jsou všichni pořádně uzemněni a spojeni s kruhem... Vše končí vydatnou relaxací a zpomalením při tónech příjemné do Ticha vtahující hudby... www.indigenous.cz

Program:

SVOBODNÝ TANEC - SAMOTA A KMEN - Tento dvouhodinový workshop bude plný svobodného- spontánního tance i tance v kruhu v "kmenech"... Prožijeme jej tedy jak v rovině sebe jako individuality, tak v rovině skupiny (kmene) a uvědomíme si, jak jsou nám tyto dvě pozice příjemné a jestli některou ve svém životě preferujeme... Na závěr nás čeká zastavení se- příjemná relaxace a bude prostor pro sdílení prožitků...
Nadstavbový workshop 3 hodiny

BYTÍ V TANCÍ - UCTĚNÍ ZEMĚ A TĚL - Hned z úvodu budeme dělat vydatné NIC, abychom dali potenciál možnosti BÝT v přítomnosti naplno celou svou bytostí... Projdeme očistou nejen posvátnými vykuřovadly a pak začneme tančit... Čeká nás jízda na vlnách, které budou chvíli



jemné a chvíli divoké... S úctou se propojíme s energií Matky Země a necháme vyživit celou svou bytost a celý svůj život... S úctou se propojíme sami se sebou, se svým tělem a budeme následovat jeho potřeby... Workshop zakončíme hlubokou relaxací a TICHEM.

