



Spirit Hoop Flow

Embodiment Circle für Frauen

Komm in deinen Flow zurück zu dir.

Movement Meditation, Verbindung
und freier Ausdruck mit dem Hoop.

Movement Meditation

Lass den Tanz mit dem Hoop zu deiner
Meditation werden und spüre dich im Hier und
Jetzt.

Verbindung

Durch Atemübungen und Stretching mit dem
Hoop.

Ausdruck

Fühle deine sanfte und wilde Seite durch
deinen freien Hooptanz.

TERMIN

Dienstags · 19:30–20:30 Uhr

RAHMEN

15 €

ORT

Ankas Tanzatelier

Kronenstraße 16 · 30161 Hannover

Mitbringen: Wenn es sich gut anfühlt, fließende Kleidung
sowie einen Hoop.



Vanessa Frankenstein

Seelenzentrierte Coachin · Spirit
Hoop Flow Trainerin



vanessa-frankenstein.de



[@Vanessa_Frankenstein](https://www.instagram.com/Vanessa_Frankenstein)



Website besuchen