

BIODANZA4all The Dance of Life A Profound system of Healing, Joy, Pleasure & Connection

met Antoinette Lorraine en Robert de Jong

SPECIAL NEW YEAR'S EVE CELEBRATION PARTY!

Donderdag 31 December 21:00-02:00

“Celebrate the Life and the Love”



Biodanza workshop en vrij dansen!!

Wij zullen het oude jaar afsluiten met een Biodanza workshop om het nieuwe jaar te beginnen met Positieve intentie, Harmonie, Plezier en elkaar,

breng je vrienden. **Neem heerlijk en feestelijk eten en drinken om samen te delen!**

**Mytylschool Ariane de Ranitz Blauwe Vogelweg 11, 3585LK UTRECHT
deur open 20:30uur, (kom op tijd!!) deur sluit 21:30uur**

kosten: €30 (graag reserveren) kinderen gratis

Zaterdag 2 13:00-20:00 en Zondag 3 januari 2010 11:00-18:00



Treat Yourself to a beautiful experience for the New Year!

BIODANZA AND MASSAGE

**Reborn Tenderness when the hands touch the Heart met Sandra Salmaso
(Italy)**

Biodanza and the **Art of Massage** produce a sort of pleasant and protective “nest” where it is possible to resolve our resistances and give and receive Love through tenderness and gestures which become more and more integrated and present.

This workshop offers a space where it is easier to know each other, stay together having time for intimacy and reciprocal care.

I'll propose touch exercises which will be lucid, working on body integration, affective and sensual communication.

They will help us to develop sensitivity to pleasure, empathy, the ability to touch the others and feedback.

Plaats: Sportcentrum de Hoogstraat, Rembrandtkade 10 UTRECHT

Kosten: €€145

ROLANDO TORO SCHOOL VOOR BIODANZA MIDDEN-NEDERLAND

Accredited Training By International Biocentric Foundation

zaterdag 9 januari 13:00 – 20:00 en zondag 10 januari 11:00-18:00

Biological Basis of Biodanza

with Antoinette Lorraine

(Please ask if you need overnight accomodation)

A UNIQUE SYSTEM FOR PERSONAL DEVELOPMENT AND/OR TEACHER TRAINING
(maandelijks is het mogelijk om in te stromen)

Reserveren bij: Biodanza School of Midden-Nederland Kosten: €€140
biodanza4all@wanadoo.nl

**ZATERDAG 16 JANUARI 20:00-24:00uur BIODANZA4ALL DANCE EVENING
UTRECHT**

“Dancing in Friendship & Pleasure” Biodanza Workshop 20:00 uur en Vrij dansen
met DJ tot 24:00uur

Mytylschool Ariane de Ranitz Blauwe Vogelweg 11, 3585LK UTRECHT

**(wij starten om 20:00uur, kom op tijd!! de deur is open vanaf 19:30 uur tot 20:15
uur)**

Kosten: €15 (niet nodig om te reserveren)

ZONDAG 24 JANUARI 12:30-18:30

Biodanza dansdag met Robert de Jong

“Het zorgen voor Jou zelf en de Ander”

Biodanza ervaring gewenst! (neem iets lekkers mee om tijdens de pauze met elkaar delen)

Plaats: Sportcentrum de Hoogstraat, Rembrandtkade 10, Utrecht (gratis parkeren achter het gebouw)

kosten €45

**zaterdag 6 maart 2010 11:00-20:00uur en zondag 7 maart 2010
11:00-18:00uur**



“The Minotaur Project 2010” met Antoinette Lorraine en Robert de Jong

The Minotaur-Project represents a transformational work in Biodanza.
Its methodology offers us access to our identity and a more abundant life by means of overcoming
inner blocks.

The labyrinth is an archetypal metaphor for our existence with its pathways and bends symbolizing
the doubts and mysteries along our path of life.

In Greek myth, the Minotaur is a creature with a human body and a bull's head; in Biodanza, it symbolizes the
wild and intuitive aspect, which lives as an elementary power within us.

Our inner Minotaur is deeply wounded by cultural impacts.

Our intuitive roots and power are encaptured by cultural anxieties.

The objective of the Minotaur project is to re-establish contact with this elementary power, to free our inner
Minotaur, to accept it and to cherish its beauty and strength.

Our fear of this power reveals by various anxieties in every day life.

By means of individual rituals we meet our anxieties and experience their transformation into
courage.

The encounter with our own life's crisis leads us to existential liberation.

*The Minotaur Project requires basic experience in Biodanza (it is not possible to attend for one
day)*

Plaats: Sportcentrum de Hoogstraat, Rembrandtkade 10, Utrecht Kosten:
€140 (bring food to share for lunch)

WEKELIJKSE GROEPEN BEGINNERS ZIJN WELKOM!!!

Utrecht dinsdag 20:00-22:00 Buurthuis Oudwijk, Oudwijkerdwarstraat 148 (start 12 januari)
Zutphen dinsdag 19:30-22:00 Vrijeschool "IJsel, Diederstraat 52 (start 5 januari)
Den Haag woensdag 19:30-22:00 Gymzaal, Den Helderstraat 260 (start 6 januari)
Utrecht donderdag 19:30-22:00 Sportcentrum "De Hoogstraat" Rembrandtkade 10 (start 7 januari)
Apeldoorn vrijdagochtend 09:15-11:30 "De Veste" Fabianusstraat 4 (start 8 januari)

Wekelijks thema's voor januari:

05: New Beginnings
13 : The Miracle of Life
20: Nourishing each other
27: Poetry en Sensuality

0031 (0)33 2460988

Biodanza4all@wanadoo.nl

www.biodanza4all.com