

# JOY FOR LIFE

Uitnodiging voor de les van 13 juni 2017

## Transcendentie & Identiteit

---

Thema vorige week:  
Biodanza: je eigen leven  
ter hand nemen

---

Thema deze week:  
Muziek laat ons  
samenvallen met onszelf

---

"The soul is placed in the  
body like a rough diamond,  
and must be polished, or  
the luster of it will never  
appear". Daniel Defoe.

---



## Biodanza: Muziek laat ons samenvallen met onszelf

In Biodanza komen we wekelijks samen.  
Biodanza is een systeem van integratie. Samen met jezelf, samen met anderen.

Dansen ontspant en we dansen stress weg uit onze cellen.  
Integratie op alle levensgebieden geeft veel vitaliteit maar vooral ontspanning.

Door te dansen ontdekken we een intense drijfkracht: vitale levensenergie die we zelf in kunnen zetten om te doen wat er nodig is voor ons eigen geluk

Onze identiteit groeit als als we ons in de vivencia mee kunnen laten voeren op de muziek. In Biodanza is de muziek er speciaal voor geselecteerd om deze overgave tot stand te kunnen laten komen.

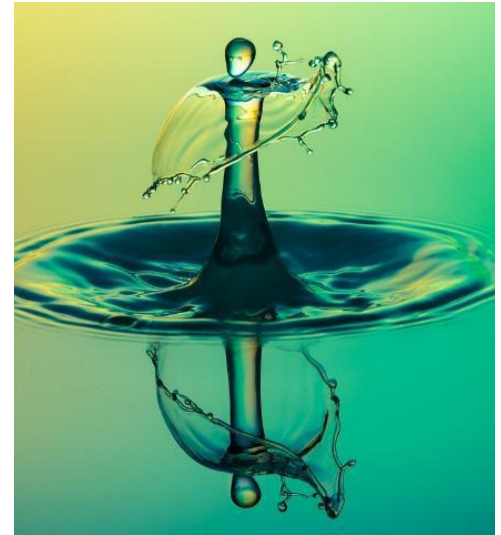
integratie van onze talenten en potentieel in verbinding met ons lichaam..  
Ritme van muziek, ritme van lichaam en ritme van geest komt en zo bij elkaar: het leven komt in beweging!  
Magic happens!

We hebben onze identiteit waarin en waarmee we ons leven vorm en richting geven. In vivencia kom je door de vitale en ritmische muziek eerst goed in jezelf en je lichaam te laten landen. Voelen, je ruimte ervaren en in je genieten belanden. Door in het 2e deel van de vivencia meer naar binnen te keren en te ontspannen gebeurt het magische: we helen onszelf, komen tot intense ontspanning en onze binnenwereld gaat open. Inzichten, antwoorden, nieuwe ideeën zijn voorbeelden van groeimomenten.

Als je langer aan Biodanza doet kun je steeds sneller en makkelijk in de ontspanning. Als je net begint leer je je stap voor stap over te geven aan de bewegingen, oefeningen en muziek.

Een mooie reis die je thuisbrengt bij jezelf. Bij jouw dromen, bij jouw verlangens en antwoorden op vragen in je leven.  
Biodanza laat je samen vallen met jezelf.

Zie het als een diamant die vele kantjes heeft en die door de muziek en de ontmoetingen in de vivencia en de groep telkens mooier gaat schitteren, levendiger wordt en krachtiger in zichzelf komt te staan! Dans je mee?



## AGENDA:

I.v.m. Rode Maan is er a.s. donderdag geen Biodanza in Vriezenveen

16,17 & 18 juni Rode Maanfestival in Saasveld

14, 15 & 16 juli Afsluiting Joy for Life Seizoen

18 juli laatste les van het seizoen in Oldenzaal voor beide groepen

24 t/m 27 augustus Joy for Life

Midzomerweekend in Zonnemaire Zeeland

5 september start het nieuwe seizoen



## Praktisch:

Op Dinsdag:

Theaterzaal van Vrije School  
"de Zevenster"

J. van Hartenstraat 2  
Oldenzaal

Zaal open vanaf 19.15 uur

Start: 19.30 - 21.30 uur.

Op Donderdag

Aan het water van en

In de accommodatie van

Schaatsclub "Vooruit"

Schout Doddestraat 46a

Vriezenveen

Vanaf 19:45 uur ruimte open

Start: 20:00 uur - 22:00 uur

We verheugen ons op jou!

bij vragen of onduidelijkheid:

bel: 06-209 962 13

mail: [judith.joyforlife@gmail.com](mailto:judith.joyforlife@gmail.com)

[www.joy-for-life.nl](http://www.joy-for-life.nl)

