

# Chimana Workshops mit Amanjot

## Transformation & Heilung

Wir begeben uns auf eine heilende schamanische Reise. Wohin diese Reise geht, wie intensiv sie ist entscheidest nur Du – an diesem Tag, an diesem Ort, mit Deiner Intention.

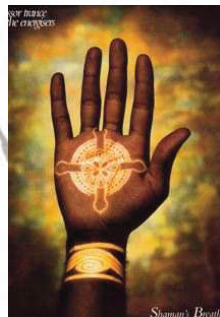
Vor dem Trance Dance Ritual helfen Dir Übungen des Kundalini Yogas anzukommen, die Energie zum Fließen zu bringen, Deine Gedanken zu beruhigen und Raum zu schaffen ...für den Tanz des Lebens, Deiner Seele, Deines wahren SEINS . . . .

*Denn wenn der Körper tanzt erinnert sich Deine Seele...*

Trance Dance ist eines der ältesten Heilrituale der Welt um spirituelle Ganzheit zu erreichen. Es gibt keine vorgegebenen Schritte und Bewegungsabläufe. Wir tanzen mit Bandana (Augenbinde) um in die innere Welt unserer Gedanken und Gefühle einzutauchen. Jeder in seinem eigenen inneren Rhythmus, mit seinem eigenen Bewegungsstil. Wenn wir uns frei bewegen erschaffen wir einen heilenden Raum. Körperliche, geistige und seelische Blockaden können erkannt und losgelassen werden.

*“Schon bei den ersten Takten der Trance Dance Musik hätte ich laut aufschreien können vor Freude. Mit verschlossenen Augen zu tanzen erlöst von jeglichen Schamgefühlen erlaubte mir, mich absolut frei zu bewegen. Eine wunderbare Erfahrung. Durch Amanjot war ein sicherer und geschützter Raum gegeben, in dem ich mich innerlich weit ausbreiten konnte.”*

Hanspal Kaur



*“Schon beim Binden der Augen hat mich LIEBE überwältigt - Tränen der Freude und tiefsten Leid beides gleichzeitig unbeschreiblich intensiv. In Hingabe an den Rhythmus, von einem Augenblick zum Nächsten. Frei von der Egozensur führte mein tanzender Körper sein eigenes Leben: so schön, kraftvoll, harmonisch und glücklich. Danke Amanjot!” Simona*

**Kundalini  
Yoga +  
Trance  
Dance  
Ritual mit  
Amanjot**

**Daten 2012**



**Sa. 04. Februar**

**Sa. 17. März**

**Sa. 21. April**

**Do. 07. Juni (Feiertag)**

**Sa. 21. Juli**

**Jeweils:**

**15.30 - 19.30 • 40€**

**Abo 37€ (Konditionen erfragen)**



Amanjot Kaur  
amanjot@chimana.net  
0157 7784 9014  
www.chimana.net

Anmeldung bitte per e-mail UND Bezahlung der Kursgebühr bis spätestens 10 Tage vor dem Workshop. Kurzsentschlossene sind auch willkommen und zahlen 45€.

**Ort**

freie Waldorfschule Heidelberg  
Mittelgewannweg 16, 69123 Heidelberg  
im Haupthaus, Eurythmie Saal, 1. OG

**Anfahrt & Geländeplan:**

[www.waldorf-hd.de/kontakt/index.html](http://www.waldorf-hd.de/kontakt/index.html)

Mitbringen: Yogamatte, Decke, Handtuch,  
Bandana / Augenbinde, Wasser.