

UPPSALA

Meditation i rörelse är cirkeldans som har sina rötter i den folkliga dansen. I den här cirkeln kombinerar vi fysisk aktivitet med avspänning och övar medveten närvaro.

Måndagar 18.30 – 20.30

Start 21 september, 10 ggr

Cirkelledare: Elisabet Jansson, diplomerad dansledare och pedagog

Arrangör ABF i län

Välkommen!

Elisabet Jansson

Tel: 0730-440704

www.vilairörelse.nu