



POZVÁNKA NA WORKSHOP

LEKTOŘI

Barbora Janečková
Martin Hofman

MÍSTO

Na Míčánce 32, Praha 6 Dejvice

TERMÍNY

14. října 2021
9 - 17 hodin

CENA

1600,- Kč

MEDITATIVNÍ TANEC BUTO

Meditativní tanec, dříve označovaný jako tanec Buto, přinesla do biosyntézy Silvie Boadella na základě inspirace z Japonska. Buto je spontánním tancem a každý jej může pojmet dle svého. Buto umožňuje přeměnu vnitřních obrazů a pocitů do fyzického pohybu.

Pokud ve vás představa tance vyvolává spíše obavy, tak zde rozhodně nemusí. Biosyntetický meditativní tanec Buto je o **naladění se na vnitřní impulzy**, je to proces skládající se z krátké meditace, práce s tělem a z vlastního „tance“. Během tance se člověk může pohybovat v prostoru nebo může zůstat navenek v klidu a „tančit“ jen v představě. Meditativní tanec je způsob, jak nechat **promluvit své emoce a tělové impulzy, uvolnit bloky a nechat odejít to, co již ve svém systému nepotřebujeme**.

V případě zájmu se přihlašte na www.biosynteza.cz/workshopy