

Spirit in Motion

Durch Schritte um eine Mitte
die eigene Mitte finden



über sich selbst hinausschauen



sich vom Himmel
berühren lassen



zur Ruhe kommen



eigene Lebendigkeit spüren

der eigenen Sehnsucht
ganzheitlich Ausdruck geben

Komm vorbei!

lass dich von schöner Musik
christlichen Impulsen



von gemeinsamen Bewegungen tragen



Wir freuen uns auf dich!



Ich bin Anne Ast und Tanzleiterin „Bibel getanzt“. Während meiner Tanzexerzitien habe ich „Bibel getanzt“ kennengelernt. Ich war begeistert von dem inneren Angerührt-Sein im Wechselspiel zwischen Meditation, Bewegung und Musik. Da habe ich gemerkt, dass diese Art des meditativen Tanzes zu mir gehört. Ich bin nun unterwegs und gestalte Tanzabende, Tanztage und Tanzwochenenden.

Lass auch du dich begeistern.

Erlebe die Freude, die uns stärkt.

Ich freue mich, wenn wir uns tanzend begegnen.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Info: Tanzleiterin Anne Ast

Tel.: 05244/980416

© spirit.in.motion.tanz

E-Mail:

spirit.in.motion.anne.ast@magenta.de

Tanzabende:

Dienstags 18.30 – 20.00 Uhr
im Pfarrheim Varensell, Schulstr. 12-14
1.9. / 6.10. / 10.11. / 1.12.2026

Mittwochs 19.30 – 21.00 Uhr
im Pfarrer-Rüsing-Haus Schloss Holte
2.9. / 7.10. / 11.11. / 2.12.2026

Tanznachmittag:

im Pfarrer-Rüsing-Haus Schloss Holte
Samstag, 26. September 14 - 18 Uhr,
mit Kaffeetrinken

Tanztage:

9.30 – 17.00 Uhr / Anmeldung im jeweiligen
Kloster

Sa 17.10.2026 im Kloster Bestwig
„Ich bin der Weinstock“ Joh 15,5

Sa 21.11.2026 im Kloster Bestwig
„Die Melodie des großen Königs“ Mt 25,31-40

Sa 28.11.2026 im Franziskanerkloster
Salzkotten
„Wenn Gottes Sehnsucht Mensch wird“

Jede Tanzeinheit ist in sich abgeschlossen
und endet in der Regel mit einem
getanzten Lobpreis.

Tanzen mit Leib und Seele

SPRIT IN MOTION



Einladung
und
Termine 2026
2. Halbjahr