

Termine Dezember 2019- August 2020

Die 5 Rhythmen® Movement Meditation Practice

Luzern: 11.12. 8.1. 11.3. 8.4. 6.5.

Grimselweg 5, Musikraum-Weber, III Stock

Beginn: 19.15 (pünktlich).

Einlass: ab 19.00 Uhr (zeit zum ankommen u. aufwärmen).

Dauer: jeweils 2 Stunden.

Kosten: 30 Fr.

Bern: 6 & 20.12. 10 & 24.1. 13 & 27.3.
10 & 24.4. 8 & 22.5. 12.6. 24.7.*

Beginn: 19.15 (pünktlich).

Einlass: ab 19.00 Uhr (zeit zum ankommen u. aufwärmen).

Dauer: jeweils 2 Stunden.

Prisma Zentrum, Klösterlistutz 18, 3013 Bern

Kosten: 30 Fr.

--

* "mit live musik" 24.7. 19.15-21.45 (40 Fr.)

Freiburg (D): (siehe auch: www.5Rhythmen-freiburg.de)

Waves mit live Musik: 8 & 22.12. 5.1.

Density 96, Schwabentorring 7, Eingang Granatgässle
15.00-17.30 Kosten: 20 €

Waves – Begegnung im FT:

14 & 28.12. 11 & 25.1. 8 & 22.2. 14 & 28.3. 11 & 25.4.
9 & 23.5. 13 & 27.6. 11 & 25.7. 8 & 22.8.

19.30 – 22.00 Kosten: 14€

Gymnastikhalle der Freiburger Turnerschaft
Schwarzwaldstr. 181 (nähe SC Stadion)

Zeit zum ankommen und aufwärmen jeweils 15 Minuten vor Beginn.

Karlsruhe: Offene Abende und Kurzworkshops.
Info Atmo Lars: info@atmomusic.com

13.12. 4.1.* 17.1. 20.3. 3.4. 26.6.

*mit live musik (im alten raum, TSC Rot-Weiss)
sonst im Sporthalle in SSC Sport-KITA

↗ **Life expressions**

Events, Workshops & Live! Wave's

12.12. **Chur** 19-21.30 Uhr Loesaal

30.12. **Winterthur** 19-21.00 Uhr "Monica" Ida-Sträuli-Strasse 71

31.12. **Aarau** https://www.life-expressions.ch/pdf/Aarau_Silvester.pdf

2.1. **Chur** 19-21.30 Uhr Loesaal "live musik"

3.1. **Biel** 19.00-22.00 Uhr "live musik"

4.1. **Karlsruhe** 19.30-22.00 Uhr "live musik"

5.1. **Freiburg** 15-17.30 Uhr "live musik"

15.1. **Chur** 19-21.30 Uhr Loesaal

25.3. **Chur** 19-21.30 Uhr Loesaal

4.4. **Schwäbisch Gmünd**

22.4. **Chur** 19-21.30 Uhr Loesaal

26.4. **Oberwil bei Zug** 13-17 Uhr

13.5. **Chur** 19-21.30 Uhr Loesaal

15-17.5. **Davos** Workshop "Wandlung"

info: franziska.knuesel@bluewin.ch

17.6. **München**

18.6. **Linz**

19.6. **Landshut**

20.6. **Innsbruck**

"Spring & Summer Celebration" in **Izmir & Istanbul / Türkei**

"Back to the Basics" @ Kientalerhof 4-6. Dezember

<https://www.kientalerhof.ch/seminardetails/?sid=12c1f216-2255-4378-835d-76c63962f501>

Weitere Informationen zu den 5 Rhythmen und live! Musik events:

www.life-expressions.ch