

Tanzendes Becken



Bewusstheit durch Bewegung

Im Kurs „Tanzendes Becken“ widmen wir uns ganz dem weiblichen Becken. Sei es mit Feldenkrais, Beckenbodentraining, Faszienarbeit, Entspannungsübungen oder beckenbetonten afro-brasilianischen Tänzen.

Der Kurs soll dich dabei unterstützen, diesen weiblichen Körperteil bewusster und lustvoller wahrzunehmen, deine Beweglichkeit zu erweitern, Beckenboden-, Rücken- und Bauchmuskeln optimal zu trainieren und deine sexuelle Kraft zu erwecken. Du brauchst keine Vorkenntnisse.

Infos sowie aktuelle Daten, Kurse, Workshops oder Newsletter-Anmeldungen:

www.mundocorpo.ch oder www.myvaginaandme.ch

Wochentage: **donnerstags 18.30 bis 19.30 Uhr**

(alle 14 Tage, jeweils gerade Kalenderwochen!)

Wo: mundocorpo, Schweighofstrasse 230, 8045 Zürich

Kursleitung: **Taís Michelle Mundo**

Komplementär-Therapeutin/ klin. Sexologin

Kurskosten: 240 CHF (12x/ donnerstags 18.30 bis 19.30 Uhr)

25 CHF Einzel (Schnuppern ist gratis)

Kontaktiere mich unverbindlich unter 076 335 24 72 oder per E-Mail an info@mundocorpo.ch



my vagina and me



Folge mich auf instagram #taismichellemundo und #myvaginaandme

BEWEGLICHER WERDEN ACHTSAMKEIT ÜBEN KRAFT TANKEN