

Loona Dance je jedinečný koncept prožitkového tance pro ženy bez rozdílu věku, je taneční meditací i terapií. V bezpečném kruhu žen nabízí prožitek úplného uvolnění v jednoduchém tanci, splynutí s hudbou, možnost „vyřádit se“ a setřást ze sebe v radostném pohybu každodenní starosti.

Na fyziologické úrovni Loona Dance, který je inspirován prvky primitivní exprese, africkým a orientálním tancem, oživuje a uvolňuje celou pánevní oblast a pánevní dno, zmírňuje bolesti v oblasti bederní páteře, podporuje cirkulaci lymfy a celkově zpevňuje a žensky formuje postavu.

Na úrovni emoční pak můžeme plně prožít a procítit své ženství, neboť se při tanci koncentrujeme na svou pánev, náš „alchymický kotel“, a na svou dělohu, která je centrem ženské síly, tvořivosti a intuice.

Celým konceptem se prolíná taneční energetická vlna lunárního / ženského cyklu, tj. panna, matka, čarodějka, vědma – kvality, které v sobě každá žena má. Své ženství tak můžeme prožít ve všech jeho podobách, dynamice, vábení, jemnosti, hravosti, křehkosti, podpoře, lásce, smyslnosti, vznešenosti, divokosti, sex-appealu, kreativitě, síle, soucitu a sounáležitosti. Tanec nám tak pomáhá rozpoznat a uvědomit si své kvality a zvyšuje tak naše vědomí sebe sama, naše SEBE-VĚDOMÍ...

V neposlední řadě si můžeme užít vzácné propojení a sounáležitost v kruhu žen, kde každá jsme sama sebou, jedinečná a podporovaná, nemusíme se s nikým srovnávat, můžeme jen rozdávat a přijímat ženskou energii, vnímat její sílu a prostě být...

Pokud vás alespoň jeden z uvedených účinků Loona Dance láká, přijďte si jej PROTANČIT na taneční lekce v našem studiu!

Oficiální video o Loona Dance <https://youtu.be/DGQuzLBt--8>

