



Chakra

~ Tanz

Lass dich tanzen von Kopf bis Fuss,  
von Fuss bis Kopf, von Herz bis  
Körper, von Körper bis Seele.



Chakra-Tanz ist bewegte Meditation,  
eine achtsame Begegnung mit dir selbst.  
Du tanzt durch all deine Chakren und öffnest  
dich für dein gesamtes Sein, körperlich, emotional, geistig, spirituell.

Jeder Abend ist einem Chakra gewidmet. Wir vertiefen uns in seine  
Qualitäten und tanzen mit der Kraft dieses Chakras durch alle anderen  
Chakren hindurch. Somit erweiterst du stetig deine Wahrnehmung wie auch  
dein Bewusstsein für das Zusammenspiel von Körper und Seelenenergie.

### **Daten 2025, Kurs 2**

12. & 26. August, 9. & 16. September, 7. & 21. Oktober, 4. & 18. November,  
2. & 16. Dezember (Beachte: Der 16. Sept. ist nicht im 2-Wochen-Rhythmus!)

### **Ort & Zeit**

Doryanas, Innovationsdorf, Wylerringstr. 36/R, 3014 Bern  
19.15 Uhr bis 21.15 Uhr

### **Ausgleich**

Fr. 290.— für den gesamten Kurs

Wenn du schon an einem meiner Chakra-Tanz-Kurse teilgenommen hast,  
bist du auch für einen einzelnen Abend herzlich willkommen. Bitte nur mit  
Anmeldung, danke! (Ausgleich: Fr. 33.—)

### **Kontakt und Anmeldung**

Isabelle Gilbert Tel. 079 448 54 71, [isabelle.gilbert@walkinbeauty.ch](mailto:isabelle.gilbert@walkinbeauty.ch)



### **Zu mir**

Ich arbeite als schamanische Therapeutin und  
Körpertherapeutin und bin eine Tänzerin.  
Der Chakra-Tanz ist eine Fusion all meiner  
Erfahrungswelten. Es ist mir eine grosse Freude,  
Menschen in ihrem Tanz zu sich selbst zu begleiten.  
Mehr zu mir: [www.walkinbeauty.ch](http://www.walkinbeauty.ch)