

PREDIGERKIRCHE

Slow Dance Motion Workshop

**mit Tina Mantel, Leitung;
Christoph Dachauer und
Noah Punkt, Musik**

**Sa, 22. August 2026, 10 – 13 Uhr
Musik: Christoph Dachauer, Klavier**

**Sa, 19. September 2026, 9.30 – 12.30 Uhr
Musik: Noah Punkt, Bass**

In diesem Workshop laden wir dich ein, in die Welt der bewegten Langsamkeit einzutauchen. Mit einfachen Anleitungen folgen wir gemeinsam dem natürlichen Fluss unserer Bewegungen – achtsam nach innen und aussen, zur Gruppe, zur Musik und zum Raum. Der Workshop bietet Tanz als Ort des Innehaltens und der Ruhe an. Offen für alle Menschen. Bezahlung auf Kollektenbasis.

Mehr Informationen auf:

www.tinamanteltanz.ch/slowdancenews

«Es ist einfach meisterhaft, wie du die Gruppe leitest. Du führst mit einer Ruhe und Klarheit, bleibst aber trotzdem offen und stehst mit den Teilnehmer:innen auf derselben Stufe. Du zeigst Wertschätzung für alle, ohne zu werten. Auch die Zeit für den Austausch zwischendurch finde ich gut bemessen.»

«Ich denke immer wieder an deinen Workshop. Es war wunderschön. Er erfüllte mich mit einer grossen Kraft und Freude, herzlichen Dank.»

TINA
MANTEL
TANZ

Anmeldung:
Gerne bis drei Tage vor dem
jeweiligen Workshop an:
info@tinamanteltanz.ch

Leitung: Tina Mantel, Prof.
ZFH, MA Tanzwissenschaft

Tina ist seit den 1980er Jahren als freiberufliche Choreographin, Tänzerin und Tanzpädagogin in der Schweiz und den USA tätig. Sie tanzt mit Männern, Senior:innen, Jugendlichen und erforscht laufend tänzerische Ausdrucksmöglichkeiten.

TINA
MANTEL
TANZ

reformierte
kirche zürich

predigern.ch



ALTSTADT
KIRCHEN