



Sangeet stammt ursprünglich aus England. Seit mehr als 25 Jahren ist er lizenzierter Körpertherapeut und Masseur und über 20 Jahre war er als DJ in bekannten Clubs in Deutschland und der Schweiz tätig.

Seit 20 Jahren tanzt er selbst Salsa und lernte in dieser Zeit von zahlreichen Lehrern aus ganz Südamerika. Mit „Conscious Salsa“ hat er seine eigene Verbindung aus Salsa, Körper- und Energiearbeit entwickelt, die er seit 10 Jahren in Workshops unterrichtet.

Seit über 15 Jahren beschäftigt er sich intensiv mit den 5 Rhythmen: 10 Jahre ist er bereits von Gabrielle Roth autorisierter 5 Rhythmen- und seit Januar 2010 auch Heartbeat-Lehrer (2. Level).

In den letzten 5 Jahren studierte er mit Krishnananda und Amana Trobe Trauma-Heilung. Eine Arbeit, die sich mit Schock, Scham und Verletzungen aus der Kindheit befasst.

Die „5Rhythmen®-Conscious-Movemen-Arbeit“ ist für jedermann geeignet – ganz gleich, ob alt oder jung – und ist ideal für Menschen, die nur wenig oder keine Erfahrung mit Tanz oder Bewegungsarbeit haben. Ganz besonders willkommen sind auch jene Menschen, die davon überzeugt sind, dass sie nicht tanzen können!

www.wavesofbeing.com



the beauty of movement
Die Schönheit der Bewegung

Ein 5Rhythmen-Tagesworkshop mit Sangeet

Wenn du alles Künstliche, alle Ansprüche,
alle Masken abwirfst, so entsteht eine Leere, in der
dein natürliches Wesen zum Ausdruck kommen kann...
Werde leer, frei und natürlich.
Lasse dies zum elementaren Grundsatz
deines Lebens werden. Osho

Die Schönheit der Bewegung

the beauty of movement

Ein 5Rhythmen-Tagesworkshop mit Sangeet

Unsere Schönheit ist schon in uns.

Wir benutzen die „5 Rhythmen“ von Gabrielle Roth, um uns zurückzubringen zu unserem wahren „Sein“, unserer inneren authentischen Schönheit.

Es sind Landkarten, die uns helfen, unsere versteckten Schätze zu finden. Wir können ihnen in unserem Tanz Form geben und sie so wieder zum Leben erwecken, um sie dann eventuell in unseren Alltag zu integrieren.

Es ist nichts verloren gegangen, nur vergessen, wir müssen Gefühle, Kräfte oder andere Teile von uns verstecken und unterdrücken, damit wir überhaupt in dieser Gesellschaft zurecht kommen.

Durch unseren Tanz können wir unsere unterdrückten Gefühle hervorholen und unser natürliches inneres und äußeres Gleichgewicht wiederfinden.