

# ACHTSAME BEGEGNUNG & TANGO

In der Prignitz: **Pfingsten 2018 und Jahreswechsel 2018 / 2019**  
Mit Antonia von Fürstenberg und Nanna Zernack

## Achtsame Begegnung & Tango mit Antonia von Fürstenberg & Nanna Zernack

**18. - 20.05.2018**

Schnupperseminar zum Selbstkostenpreis & Spende

**28.12.2018 – 01.01.2019**

Die Zeit zwischen Weihnachten und Neujahr ist besonders gut geeignet, in sich zu gehen, Altes abzuschließen und Neues einzuladen.

Das Seminar bietet den Rahmen und Impulse, sich in der Gemeinschaft mit anderen ganz bewusst und mit Freude darauf einzulassen.

Am Vormittag üben wir jeweils Meditation und Achtsamkeit, vertiefen Wahrnehmung und Intuition in der Begegnung mit uns selbst und den anderen. Am Nachmittag erlernen wir Schrittfolgen des Tangos, gehen in Resonanz mit der Musik und dem/der Tanzpartner/in. Der Abend wird nach den Bedürfnissen der Gruppe gestaltet. Wir tanzen barfuß, auf Socken oder mit Trainingsschuhen. Singles & Paare sind willkommen.

### **Veranstaltungsort:**

Storchenhof Bendelin, Bendeliner Dorfstr. 11  
19339 Plattenburg – OT Bendelin

### **Kosten:**

Vegetar. Vollpension für 4 Tage: 18,00 E / Person & Tag  
DZ als EZ 32,00 E  
DZ 22,00 E / Person  
(im Winter Heizkostenzuschlag)  
SeminarKosten: 380,00 E / Person

### **Infos & Anmeldung**

[info@antonia-von-fuerstenberg.de](mailto:info@antonia-von-fuerstenberg.de)  
[nanna.zernack@gmail.com](mailto:nanna.zernack@gmail.com)

**Nanna** lehrt seit 1988 Tango Argentino.

Sie ist Tanztherapeutin, HP für Psychotherapie und Wirtschaftsfachwirtin.

**Antonia** kommt vom Theater, ist Kommunikations-, Kreativitäts- und Achtsamkeitstrainerin. Mehr unter [www.antonia-von-fuerstenberg.de](http://www.antonia-von-fuerstenberg.de)

