

# Spiral Dance of Elements

*Dein Lebenstanz durch  
die immerwährende Spirale  
Deines Seins*



## Programm

### Gruppen-Sessions

Onlineterminale

Das Programm umfasst einen Zeitraum von fünf Monaten. Wir treffen uns in Gruppen-Sessions regelmäßig online. Die Termine dazu legen wir gemeinsam fest, damit möglichst alle daran teilnehmen können.

### Präsenztermin

Den Höhepunkt bilden die **Re-connect-Tage**, in denen wir uns drei Tage und zwei Nächte in Gemeinschaft mit uns und der **Natur** erleben & verbinden dürfen.

Bewegung und Tanz sind Ausgangspunkte meiner Methodik. Wir nehmen uns Zeit und einen geschützten Raum, um tief in uns hineinzuspüren und **in Resonanz** zu kommen.

In einem harmonischen Wechselspiel von Entspannung und Intensität wirst Du zur **Entwicklung und Entfaltung** kommen.

*Ganz Frau sein*

### Persönliche Begleitung

Ich begleite Dich in mindestens einer **Einzel-Session** während der fünf Monate ganz persönlich in einer liebevollen und authentischen Atmosphäre.

Hier helfe ich Dir, Dich zu sammeln, in Dich hinein zu horchen und Deine Themen zu klären. Dabei zeige ich Dir Wege, wie du Deine Heilkräfte aktivieren kannst.



# Julia Ann-Margaret Rost



Mit meinem tanz- & körpertherapeutischen Ansatz halte ich für Dich einen Raum, in dem Du Dich stärken und heilen kannst.

Meine Methodik eröffnet Körper, Geist und Seele ein harmonisches Zusammenspiel. Sie entstand durch ein Fallenlassen ins Unbekannte. Das verband mich tief mit mir, meiner SeelenVision und meiner Herzstimme. Aus dieser Kraft ist meine Mission geboren: „Embodied Heart Healing“.

## Tanz Dich frei

Das entfesselt die weibliche Urkraft und erinnert uns an die göttliche Essenz des Seins.

Dazu bereiten wir unseren inneren Kinder ein sicheres, geborgenes & nährendes Zuhause.

*Ich bin für Dich da.*



## Erwachsen

Erlebe im Spiral Dance wie durch eine Vitalisierung des Kontakts mit Dir zunächst Deine Selbstliebe genährt wird und daraus Deine Schöpferkraft erwächst. Mit ihr wirst Du Selbstbestimmung und Eigenmacht erlangen. Durch diesen Prozess wirst Du Dich mit Deiner Natur und mit Mutter Erde wieder tief verbunden fühlen.

Das wird Deine innere Stärke entfachen und Dein Leben in Partnerschaft und Gemeinschaft wesentlich erfüllender und glücklicher machen.

## Connect



Zum Kapellenwald 1  
36358 Herbstein  
Tel: 0160-2257163

[connect@body-heart-wisdom.de](mailto:connect@body-heart-wisdom.de)

## Phönixberg



Unsere Re-connect-Tage finden am Kultur-, Bildungs- und Gemeinschaftsort **Phönixberg** im Vogelsberg in der Mitte Deutschlands statt. Der Ort bietet eine gute Verbindung mit der Natur und ermöglicht, uns mit gutem Essen selbst zu versorgen. Nähere Infos findest du unter <https://phoenixberg.org>



Frankfurt am Main

## Preise und Anmeldung

Meine Leistung umfasst 5 Monate **Begleitung** mit 8 Zoom-Sessions in der Gruppe, mindestens eine persönliche Session und die **Re-connect-Tage**, d.h. Drei Tage mit zwei Übernachtungen. Essen: Selbstversorgung

Preis: 3.333 € pro Teilnehmerin  
Für individuelle Finanzierungsmodelle bin ich gesprächsbereit. Melde Dich telefonisch oder per Mail bei mir an.