

# Tanzendes Becken



## Bewusstheit durch Bewegung

Im Kurs „Tanzendes Becken“ widmen wir uns ganz dem weiblichen Becken. Sei es mit Feldenkrais, Beckenbodentraining, Faszienarbeit, Entspannungsübungen oder beckenbetonten afro-brasilianischen Tänzen.

Der Kurs soll dich dabei unterstützen, diesen weiblichen Körperteil bewusster und lustvoller wahrzunehmen, deine Beweglichkeit zu erweitern, Beckenboden-, Rücken- und Bauchmuskeln optimal zu trainieren und deine sexuelle Kraft zu erwecken. Du brauchst keine Vorkenntnisse.

Infos sowie aktuelle Daten, Kurse, Workshops oder Newsletter-Anmeldungen:

[www.mundocorpo.ch](http://www.mundocorpo.ch) oder [www.myvaginaandme.ch](http://www.myvaginaandme.ch)

- Wochentage:**            **donnerstags      19 bis 20 Uhr**  
**(alle 14 Tage, jeweils gerade Kalenderwochen!)**  
14. +28. Januar/ 11. Feb./ 11. + 25. März/ 8. + 22. April/  
20. Mai/ 3. + 17. Juni/ 1. + 15. Juli 2021
- Wo:**                    **zurzeit online via Zoom –**  
je nach aktueller Pandemiesituation  
mundocorpo, Schweighofstrasse 230, 8045 Zürich
- Kursleitung:**        **Taís Michelle Mundo**  
Komplementär-Therapeutin/ klin. Sexologin
- Kurskosten:**        240 CHF (12x/ donnerstags 18.30 bis 19.30 Uhr)  
25 CHF Einzel (Schnuppern ist gratis)

Kontaktiere mich unverbindlich unter 076 335 24 72 oder per E-Mail an [info@mundocorpo.ch](mailto:info@mundocorpo.ch)



*my vagina and me*



Folge mich auf instagram #taismichellemundo und #myvaginaandme

**BEWEGLICHER WERDEN    ACHTSAMKEIT ÜBEN    KRAFT TANKEN**