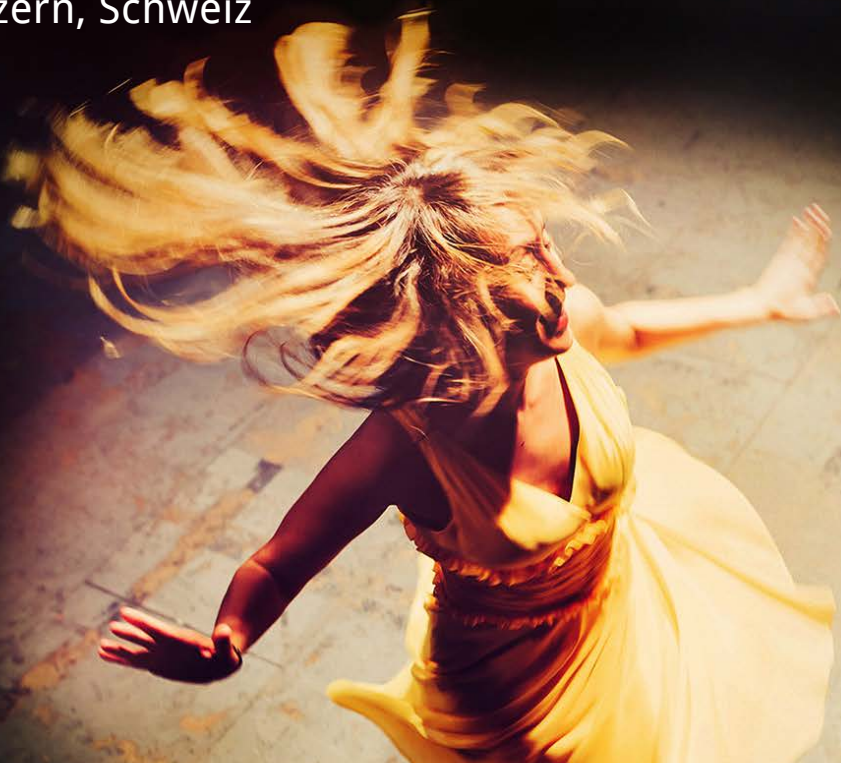


# Tanzen im Dunkeln

## Sonnenwende Tanzritual mit Christian de Sousa

21./22. Dezember 2024

Luzern, Schweiz



[vereindynamo.ch](http://vereindynamo.ch)

# Tanzen im Dunkeln

## Sonnenwende Tanzritual mit Christian de Sousa



**Du bist eingeladen, dich zur Zeit der Wintersonnenwende zu treffen und zu tanzen – um gemeinsam ein Bewegungsfeld zu schaffen, zu feiern und das wiederkehrende Licht zu erreichen.**

Wenn wir tanzen, sind wir seelenvoll. Wir verkörpern, wer wir wirklich sind und wir strahlen unser Licht in die Welt. In dunklen Zeiten können wir uns bewegen und in die tieferen Möglichkeiten dessen träumen, was wir jetzt werden. Wenn wir in der Dunkelheit tanzen, berühren wir das Geheimnis. Wir erinnern uns an das alte Wissen in unseren Knochen und finden eine andere Art von Vision. Und wir kultivieren Lebendigkeit und Präsenz für die Realitäten des Hier und Jetzt.

Kommt: tanzt und träumt!  
Alle Körper sind willkommen.

[www.glimpsesoflight.art](http://www.glimpsesoflight.art)

### **21./22. Dezember 2024**

Samstag 18.00 – 21.00 Uhr

Sonntag 09.30 – 16.30 Uhr

Bruchturnhalle  
Zähringerstrasse 16  
6003 Luzern

Bitte mind. 20 Min. vorher eintreffen,  
wir beginnen pünktlich!

Etwas Leichtes für die Pause am Sonntag  
mitnehmen. Decke/Schichtenlook: in  
der Halle kann es kühl sein. Hausschuhe  
im Haus sind angenehm. Bitte keine  
(starken) Parfums benutzen

### **Anmeldung auf [www.vereindynamo.ch](http://www.vereindynamo.ch)**

Du erhältst eine automatische Anmeldebestätigung

**CHF 160.–** passiver Vereinsmitgliederbeitrag von CHF 20.00 darin enthalten

**CHF 130.–** für aktive Dynamo-Mitglieder, welche den Jahresbeitrag von  
CHF 50.00 einbezahlt haben

**CHF 60.–** Kosten für Teilnahme nur am Samstag Abend

### **Einzahlung bis spätestens eine Woche vor Workshopbeginn**

**auf folgendes Konto:** Verein DYNAMO, Raiffeisenbank Kriens, 6011 Kriens,  
IBAN CH33 8080 8006 2135 1473 6

Bei Postzahlung: Verarbeitungsgebühr ist vom Absender zu bezahlen!  
Haftung: Jede/r TeilnehmerIn trägt die volle Verantwortung für sich selbst  
und seine/ihre Handlungen. Der Verein Dynamo lehnt jede Haftung ab.



## Lehren

Wir arbeiten und spielen mit dem Weg des Tänzers, der Christians Synthese der Kernbewegungskarten der 5Rhythmen, der Bewegungsmedizin und kreativer Verkörperungspraktiken auf taoistische und animistische/schamanische Weise ist.

## Modus

Wir tanzen solo, wir tanzen miteinander, wir tanzen als Gruppe. Wir reiten die Musik und wir leben die Stille. Es gibt auch Zeit zum Ausruhen und Abhängen.

## Zeitplan

**Tag eins** ist eine Abendsession, um anzukommen, zu tanzen und sich miteinander und mit den Lehren zu verbinden.

**Am zweiten Tag** werden wir tiefer in die Praxis eintauchen und die Trance-Tanz-Praxis des Tanzens im Dunkeln üben. Dann werden wir eine Sonnenwende-Tanzeremonie abhalten und uns gemeinsam in dieser tief träumenden Zeit für heilige Verbindung und Leben bewegen.

# Christian de Sousa



Christian de Sousa hat Tausenden von Menschen Raum gegeben, sich durch Tanz auf transformative Reisen zu begeben.

Er ist der Gründer des legendären 5Rhythms-Tanzraums Sweaty Thursdays in London und wurde 2005 von Gabrielle Roth ausgebildet. Er lernte Movement Medicine von Anfang an und arbeitete über 20 Jahre lang eng mit Ya'Acov und Susannah Darling Khan zusammen. Er wurde auch von Malidoma Somé und Jean-Claude Audergon betreut.

Geboren in der Schweiz mit gemischter europäischer Abstammung, wuchs er in England auf und entwickelte seine Praxis als Tänzer, DJ, Moderator und Künstler in London und anderen Städten. Er lebt mit seiner Familie in den Hügeln von Devon und lernt die Erleuchtung von den Katzen.