Osho UTA Institut
Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln
Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

Tanze die 7 Chakren

Tagesseminar mit Chakra-Tanz und Energiearbeit

Datum:	**19.12.2026**
Dauer:	1 Tag
Leitung:	**Subhi K. Mair**
Preis:	**110,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartner

Tel. 0221-57407-0
tagesevents@oshouta.de

Di, Mi: 16:00 - 20:30 Uhr
Do - Sa: 08:30 - 20:30 Uhr
So: 08:30 - 18:30 Uhr

Erlebe ein einzigartiges Tagesseminar mit Chakra-Tanz und Energiearbeit, bei dem du deine 7 Chakren auf körperlicher, emotionaler und spiritueller Ebene kennenlernen, aktivieren und öffnen kannst – durch bewusste Bewegung, Atmung und freies Tanzen.

Seminarbeschreibung

In diesem Chakra-Tanz-Workshop erfährst du, wie du über Bewegung und Achtsamkeit deine Chakren harmonisieren und Blockaden lösen kannst – für mehr Lebensfreude, innere Balance und ganzheitliches Wohlbefinden.

Was erwartet dich?

- Wo liegen die Chakren genau?
- Was ist die Aufgabe jedes einzelnen Chakras?
- Wie viel Lebensenergie fließt durch jedes Chakra in deinem Körper?

Chakren sind Energiezentren entlang deiner Wirbelsäule, vom Wurzelchakra am Beckenboden bis zum Kronenchakra am Scheitel.

Jedes Chakra steht für ein zentrales Lebensthema: Vertrauen, Erdung, Sexualität, Selbstvertrauen, Herzöffnung, authentische Kommunikation, Intuition und spirituelle Verbundenheit.

Inhalte des Tanz-Seminars

- Bewusstes Atmen, Spüren und Tanzen jedes einzelnen Chakras
- Aktivieren der Chakren durch freie Bewegung und Musik
- Wahrnehmen: Wo fließt Energie, wo fühlt es sich blockiert an?
- Öffnen der Chakren für ein freies Strömen der Lebensenergie

Tanzen energetisiert jedes Chakra und verbindet Körper, Seele und Geist. Lass deine Energie wieder frei fließen – für ein erfülltes, lebendiges Leben von Kopf bis Fuß, tief verbunden mit dir selbst und dem großen Ganzen.

Seminarzeiten

10:00 - 17:00 Uhr

Dozent*innen

Subhi K. Mair

Dipl.-Sportlehrerin, Tänzerin, Tanzpädagogin, Meditationsleiterin, Movement Coach, Spiritueller Coach. Ausgebildet in körperorientierter Physiotherapie, Trainerin in GYROKINESIS® und GYROTONIC® und Performance Künstlerin. Seit 1992 leitet sie Tanzmeditationskurse und Seminare im In- & Ausland. DJ im Path of Love & Ecstatic Dance. 1990 lernte sie den indischen Mystiker Osho kennen, der in ihr die Liebe und Leidenschaft für Meditation und Bewusstseinsarbeit weckte. Sie sind seither die Grundlagen ihrer Arbeit. Sie bietet Sitzungen in Köln und Korfu an.

Buchung von Einzelsitzungen

Rezeption: Tel. 0221-57407-0
kontakt@oshouta.de

Di, Mi: 16:00 - 20:30 Uhr
Do - Sa: 08:30 - 20:30 Uhr
So: 08:30 - 18:30 Uhr