

Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

Tänze 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