

DANZINNEN VERBEELEN

lessen
cursussen
workshops



WWW.DANZIN.NL
0229 278633
06 51792187
info@danszin.nl



ZIN OM TE DANSEN ?!



ZIN IN DANS

Beweeg op de stroom van je verbeelding, ontspan door inspanning en vind je authentieke vorm van bewegen.

DANSZIN geeft lessen, training en workshops waarbij creativiteit, expressie en ontspanning centraal staan. Cynthia van Tuijl verzorgt o.a. wekelijkse lessen, korte workshops en cursussen.

Daarnaast maakt Danszin workshops voor externen en komt deze op locatie uitvoeren voor groepen van zes tot twintig personen. Grotere projecten, waaronder schoolprojecten worden ontwikkeld en uitgevoerd door samenwerkende dansdocenten.

ZIN VAN DANS

De missie van Danszin is om via dans en beweging het gevoel van welzijn van mensen en het goed functioneren van organisaties en andere relatieverbanden te bevorderen. Door letterlijk

en figuurlijk in beweging te komen wordt er een verandering van koers ingezet. Creatieve en expressieve dansontwikkeling en improvisatie zorgen voor het verruimen van je blikveld.

Hoe werkt dat?

Beweging is een oerelement van het leven. Alles is in beweging en alles heeft een eigen ritme. Via beweging kom je tot gevoelens die met je basis te maken hebben. Door het werken met gerichte dansopdrachten en improvisatie op thema's kun je inzicht krijgen in bewegings- en gedragspatronen. Daarnaast houdt dansen je lichaam soepel, zorgt het voor een goede bloeddorstrooming en maakt het je hoofd lekker leeg

waardoor je lichaams-bewustzijn en concentratievermogen vergroten en je meer energie hebt.

WEKELIJKE LESSEN HOORN - ENKHUIZEN

In elke les staat een thema centraal waarin je tijd, kracht en ruimtegebruik verkent en toepast. Structurele en vrije beweging worden afwisselend gebruikt. Er is aandacht voor ontspanning van het lichaam, stretching, ritme en expressie.

Voor wie?

De lessen zijn geschikt voor iedereen die via dans de diepte in wil en de volheid van bewust bewegen wil ervaren. Voor wie expressie en improvisatie in dans wil verkennen en verdiepen en voor wie lekker in z'n lijf wil zitten. Voorop staat het plezier hebben in bewegen en dansen.

Kijk voor actuele informatie over locaties en tarieven op www.danszin.nl

Door wie?

Cynthia van Tuijl, initiatiefnemer van DANSZIN en van jongs af aan gefascineerd door lichaamsbeweging en dans. Ze begon



met dans op jonge leeftijd in de balletschool waar ze klassiek, jazz, showdans en moderne danslessen volgde en raakte al snel verknocht aan dans en performance.

Ze voltooide de opleiding Danstherapie aan de Hogeschool Enschede (ARTeZ Conservatorium), werkt zowel met volwassenen als met kinderen en heeft inmiddels ruime ervaring in het lesgeven opgebouwd.

www.danszin.nl / info@danszin.nl
0229 278633 / 06 51792187