

Trance Dance

A man in black pants is performing a Trance Dance pose, balancing on one leg with his other leg raised high and his body tilted. He is in a room with a large window and a long, low table with candles and Buddha statues.

Trance Dance ...

entwickelt aus der Asanapraxis strukturierte Bewegungsimprovisationen, die schliesslich in freifliessendem, spontanem Tanz kulminieren.

ist ein Spiel zwischen den Gegensätzen von Alltagswelt und Freiheit, von Automatismus und Wachsamkeit.

lenkt die rauschhafte Wirkung der rythmischen Bewegung, um jenseits unseres kleinen Selbstes zu gelangen, und das Grosszügige, Mutige und Liebevollte unserer Natur zu erfahren.