



Katholische Kirche in Winterthur  
Seelsorgeraum Herz Jesu – St. Urban

## **Meditation des Tanzes - Sacred Dance Januar bis April 2025**

08. Januar	05. März
22. Januar	19. März
05. Februar	02. April
19. Februar	16. April

jeweils mittwochabends von 19.30 bis 21.00 Uhr, in der Kirche des  
Pfarreizentrums St. Urban, Seenerstrasse 193, 8405 Winterthur Seen

Leitung: Astrid Knipping - Anmeldung erbeten

052 235 03 88, [astrid.knipping@kath-winterthur.ch](mailto:astrid.knipping@kath-winterthur.ch)



**Leitung: Astrid Knipping**  
**Theologin, Dozentin**  
**Meditation des Tanzes**

An diesen Abenden tanzen wir pro Quartal aufbauend ausgewählte Tänze der Meditation des Tanzes. Sie möchten uns die Freude an Bewegung und Musik schenken, Seele und Geist nähren und zur Mitte führen, zur Quelle des Lebens.

Friedel Kloke-Eibl, Begründerin von Meditation des Tanzes - Sacred Dance, sagt:

«Grundlage von Meditation des Tanzes - Sacred Dance ist ein ständiges Ausrichten auf das Wesentliche. Eigentlich ist Sacred Dance eine Lebensform, eine Seinsform, nicht nur ein Tun.

In den Tänzen liegt ein tiefer Symbolgehalt, wenn ich mich dafür öffne, dann bekommt der Tanz, mein Sein, eine andere Dimension. Und das heißt: Immer wieder schöpferisch sein. Jetzt geschieht der Tanz. Jetzt ist er da, sichtbar, fühlbar, er entsteht neu im Augenblick - auch wenn ich ihn tausendmal vorher schon getanzt habe.»