



מרכז זן גארדן | פרדס חנה

אולם לוטוס	אולם אהבה	אולם סאמדי	שישי
קונטקט-יוגה רועי ציוני	המרחב הפתוח - תנועה מודעת שלי חרמון	DeepContact סער וסשה	10:30-12:00
כולם, מגע	כולם	כולם, מגע	
הפסקה			12:00-12:30
ביודנסה - להרגיש את מה שחי מיקי יורדן	מחול אפריקאי בחזרה לשבט עדי זלינגר	PLAY-FIGHT איל בנר	12:30-14:00
כולם	כולם	כולם, מגע	
ארוחת צהריים			14:00-15:30
קול הנשמה- מסע של קול ותנועה אדבש	מחול שבטי עכשוי שחר אלוש	אימפרוביזציה בתנועה בחמישה צעדים בשפת ה play אילנית תדמור	15:30-17:00
כולם	כולם	כולם	
הפסקה			17:00-17:30
טקס מרכזי - חיבורים בתנועה עם עמית חיים			17:30-19:00
ארוחת ערב			19:00-20:30
ג'אם סשן ומסיבת ריקוד חופשי עם עמית חיים			20:30-22:30



8-9.5.26

FREEDANCE

רקוד את החיים

מרכז זן גארדן | פרדס חנה

שבת	אולם סאמדי	אולם אהבה	אולם לוטוס
9:30-11:00	ביודנסה - באנו להרגיש רחלי טורץ	Elements נטע לי זמיר	Yoga Dance Flow ביני שוראקי
11:00-11:45	כולם	כולם	כולם
11:45-13:30	מקצבי הלב ליטל כסיף שניידר ונורית גפן	Somatic Healing Dance מיכל גליקברג	כותבת בגוף חגית אלמקייס
13:30-15:00	כולם	כולם	כולם
15:00-17:00	מסע.תפילה.ריקוד - מסע טרנס מדיטטבי אפריקאי עם דוד כהן צדק	ארוחת צהריים	
17:00-17:30	הפסקה		
17:30-18:00	מסע פרידה ואינטגרציה בתנועה עם עמית חיים		