

## 21.00-23.20 Uhr **5 Rhythmen™ mit Live-Musik**

Einlass ab  
20.30 Uhr  
mit Shakya M.Grahe, Rishi Vlote, Andrea Brecht

An diesem Abend führen uns **Andrea Brecht** (autorisierte 5 Rhythmen Lehrerin) und die Musiker **Shakya M.Grahe & Rishi Vlote** in die Tanz- und Bewegungswelt der 5 Rhythmen.



Bei der Live-Wave entstehen Musik und Tanz aus dem Moment und inspirieren sich gegenseitig, ein einzigartiges Erlebnis, frei von bekannten musikalischen Mustern und Erinnerungen. Tänzer/innen und Musiker/innen schöpfen aus dem Augenblick, folgen den spezifischen Bewegungsmustern der Rhythmen und bringen Körper, Herz und Verstand ins Hier und Jetzt.



© Isanna v. Perbandt

Die Musik bewegt sich zwischen meditativen Klangwelten und treibenden Beats in den Rhythmen Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical und Stillness.

Dieser Abend-Workshop richtet sich auch an Menschen ohne oder mit nur wenig Vorerfahrung mit den 5 Rhythmen. Alle Neugierigen, aber auch alle, die sich erinnern wollen, sind herzlich willkommen.

*„Rhythmus ist unsere Muttersprache. Es ist die einzige Sprache, die wir alle sprechen. Es ist die Sprache, die jeder spricht“* Gabrielle Roth.

Rishi, Shakya und Andrea, alle natürlich auch 5 Rhythmen-tänzer, geleiten uns mit Leichtigkeit und Tiefe auf dem 5 Rhythmen Weg.

**Kontakt:**  
[hallo@shakya.de](mailto:hallo@shakya.de) (Shakya)  
[m.e.m@gmx.de](mailto:m.e.m@gmx.de) (Rishi)  
[www.5Rhythmen.com](http://www.5Rhythmen.com) (Andrea)  
[www.frei-tanz-wiesbaden.de](http://www.frei-tanz-wiesbaden.de)

Wir beginnen  
pünktlich, kein  
Einlass während  
des Workshops.  
Begrenzte Teil-  
nehmerzahl.

Im März 2016 sind Volker und Shakya für neue Erfahrungen bei Tanz-Dich-Selbst mit ihrem 5 Rhythmen Repertoire und mehr wieder in Wiesbaden zu Gast.

Isabelle Fritzsche, Klaus Niemann, Andrea Brecht, Shakya M.Grahe, Rishi Vlote

# Freitag

# 18. September

# 2015