



Trancetanz

Der Trancetanz wird in vielen Kulturen der Welt als Ritual zur Bewusstseinserweiterung und Heilung zelebriert. Mit verbundenen Augen zu tanzen, im heiligen dunklen Raum, schärft die Sinne und öffnet innere Tore.

Das Tanzen öffnet den Zugang ins Unterbewusstsein und führt in die Verbundenheit von Körper, Geist und Seele. Diese Verbindung kann helfen, Blockaden ins Fliessen zu bringen, deren Ursprung zu finden und sie zu lösen. Daraus entsteht Platz für Kreativität und Mut zur Veränderung.

Jede TeilnehmerIn tanzt ihren ganz eigenen Tanz und wird dabei von einer oder mehreren HüterInnen beschützt.

Wir tanzen in kleinen Gruppen von maximal 14 TeilnehmerInnen.

#### Daten

16. Januar & 13. Februar 2026

Jeweils von 19:30 bis 21:30 Uhr im Gesundheitszentrum Gut-tut-gut,  
Ersbach 5, 8932 Mettmenstetten

Kosten betragen 35.-Fr

Anmeldung und Fragen per E-Mail an Irene Peter

Trance-Dance-Presenterin, DanseVita-Lehrerin & Schwitzhüttenleiterin  
[www.irenepeter.ch](http://www.irenepeter.ch) | [ipeter@gmx.ch](mailto:ipeter@gmx.ch) | +4179 538 88 63