

Tanz- & Contact Improvisation light (60+)

19. Mai – 7. Juli 2026
7 x Dienstagmorgen
9:30–11:00 Uhr
Flex 4, 1. Stock,
Heinrichstr. 238, Eingang C
8005 Zürich

Leitung und Anmeldung:
Muriel Jeanne Mollet
murielmollet@hotmail.com
www.murielmollet.com



freudvoll bewegen und improvisieren – begegnen – berühren & berührt werden – kreativ verspielt – lachen – Wahrnehmung sensibilisieren – genießen – tanzen

Im Unterricht fördern wir Körperwahrnehmung und verschiedene Berührungsqualitäten. Inhalte sind Aufwärmen, Wahrnehmungs- und Technikübungen (allein, zu zweit, in der Gruppe), Entspannung sowie strukturierte und freie Improvisation – mit und ohne Musik.

Für alle, die gerne tanzen, sich bewegen und Neues entdecken möchten.

Mitbringen: Bequeme Kleidung, Trinkflasche, ggf. Knieschoner.

Muriel Jeanne Mollet

Dipl. Tanz- und Bewegungspädagogin, Systemische Prozessbegleitung / Erlebnispädagogik, Wasserarbeit, Anleiterin Kampfesspiele®.

Muriel ist eine begeisterte Tänzerin, die sich durch ihre frechen, verspielten und dynamischen Qualitäten auszeichnet und dies im Unterricht weitergibt.

Ihr Fokus: Freude an Bewegung, spielerisches Experimentieren, Rhythmus, Flow sowie eine ausgewogene Verbindung von Technik, Improvisation und bewusster Wahrnehmung.



Kurskosten: CHF 210.- (Preisreduktion auf Anfrage) per Twint: 078 976 53 53 oder

IBAN CH61 0900 0000 5008 0558 6 / Muriel Jeanne Mollet, 8049 Zürich

Kollaboration & Unterstützung: Verein Tanzmehr, www.tanzmehr.ch

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden



www.murielmollet.com