

## **Hula – heißt für mich im Aloha-Spirit sein:**

Beim Tanzen erde ich mich, es ist wie meditieren in Bewegung, ich bin im Hier und Jetzt und ganz bei mir. Die Bewegungsabläufe sind sehr harmonisch und ähneln denen des Tai Chi und des Qi Gong, dazu kommt die wunderschöne Musik, die mich in Gedanken nach Hawaii trägt. Die Energie beim gemeinsamen Tanzen gibt viel Kraft und verbindet mich mit den Menschen und mit der Natur. Ich tanze, wenn ich traurig bin, mich geärgert habe und genauso, wenn es mir richtig gut geht. Es gibt für jede Stimmung den richtigen Tanz und hinterher fühle ich mich leicht und gestärkt.

Karin Dixius

Abt-Führer-Str. 22

82256 Fürstenfeldbruck

Tel. 0179 2059225

Projekt Naturgarten FFB

<http://garten.dixius.net/>