

NOVIDADE NO PORTO!

Mood Moves

com

STEFAN FREEDMAN

**WORKSHOP DE DANÇA EM CÍRCULO
COM FERRAMENTAS TERAPÊUTICAS
E CONSCIÊNCIA DO TRAUMA**

**A DANÇA
EM CÍRCULO
COMO CAMINHO
PARA O BEM-ESTAR,
A CONEXÃO
E A TRANSFORMAÇÃO**

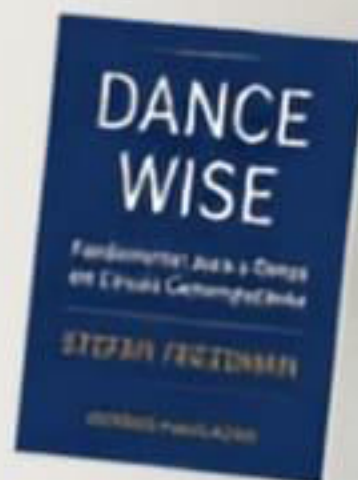


SOBRE STEFAN FREEDMAN

Professor, facilitador, músico, autor e coreógrafo com mais de 40 anos de experiência em ensino de dança em círculo, movimento consciente e criatividade em todo o mundo.

Autor do livro Dance Wise

(publicado em inglês, português e espanhol)



O QUE É O MOOD MOVES?

Um workshop vivencial que integra dança em círculo, música, movimento consciente e ferramentas terapêuticas para:

-  expressar emoções e libertar tensões
-  restaurar o fluxo e a coerência
-  promover conexão, unidade e presença
-  abrir a sabedoria interior e ao bem-estar

Uma experiência profunda de movimento, comunidade e transformação!



20 E 21 FEVEREIRO 2027
PORTO



**Aberto a todos os que querem
dançar, aprender e conectar-se
de forma autêntica.**

MAIS INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES:
Em breve!



ONDAS DE LUZ
DANÇAS CIRCULARES
SAGRADAS