



舞動伸展, 身心靈 - 王廷琳 舞蹈天使

Dance and Stretch - Body, Mind & Soul by DanicingAndy Wong

Date: Apr 17, 24 & May 8 & 15 (Fri)

Cost : \$700 (4 lessons)

Time: 1245-1345

Drop in: \$280

Course Description:

The aim of this course is to use exercises and poses or asanas designed to bring your body into a stretched-out and physically welcoming state, which allows you to enter a flow of dancing exercises in which you can connect your body with space and emotion and explore the possibilities of your body.

In our busy city lives, you will be guided to attain a state of tranquility and gain a self-healing power!

Registration required please email info@yogamala.com.hk

舞動伸展, 身心靈 - 王廷琳 舞蹈天使

課程內容:

透過輕柔的呼吸與瑜伽式子的練習，舒展筋骨，再以當代舞自由流暢的舞蹈形式尋找身體、空間、能量、情緒的聲音；在忙碌的城市生活中，「以心共舞」，讓自己找到更多內在的平靜和身體「自我療癒」的力量。

王廷琳 舞蹈天使 藝術總監

本港其中一位著名及活躍之舞蹈家。畢業於香港演藝學院，先後創辦動藝舞團、舞蹈天使、心飛舞團、青協香港起舞、音樂組合 Music Soulmates 及長者舞團舞動真我。

四屆香港舞蹈聯盟舞蹈年獎得主，獲香港藝術發展局頒發「藝術成就獎」，並先後獲民政事務局頒發「推動文化藝術發展傑出人士」獎項，及特區政府頒授「行政長官社區服務獎狀」，表揚他的藝術成就和對本地舞蹈教育及以舞蹈藝術作社會服務的貢獻。

擁有豐富的舞台演出、專業編創、舞蹈教學及藝術培訓經驗。曾先後為本港多個專業劇團及舞團作形體設計及舞蹈編排。

懷師~小學堂 Yoga Mala Limited

11/F Man Cheung Building,

15-17 Wyndham Street,

Central, Hong Kong.