

Kundalini Writing med Bob Hansson i Malmö 28/11

Workshop kl 12.00-17.30

Performance kl 19.30-21.00

**Bob är en livskomet som inte lämnar någon oberörd!
Vill du komma igång med att skriva, blogga eller bara få fart på din kreativitet?**

Workshopen ger dig kreativa verktyg, skratt, dans och inspirerar till att få igång ditt skaparflöde.

Kundalini Writing är skapat av estradpoeten och författaren **Bob Hansson**.

Ett kreativt redskap där skrivövningar blandas med fysisk meditation och personlighetsutvecklande övningar. Syftet är att övningarna och gruppens dynamik ska lura den inre censuren och att intellekt och kropp ska mötas i en process som annars är enbart intellektuell. Inspirerad av poeten Allen Ginsbergs teorier och filosofen Oshos praktiska övningar.

Med skrivövningar och andra förlösande tekniker kommer du lära dig nya saker om att skriva. Så här skrev en tjej som varit med på en kurs:

"En levande skrivkurs med en underbar ledare, för det är han - Bob Hansson, han är härlig".

Christina Nilsson leder en dansstund med sin metod **Chakra Balance Dance** för att integrera med knoppen och låta alla intryck landa i kroppen.

Kvällens föreställning är en hisnande resa mellan skratt, allvar, lek, kärlek, ytligt och innerligt. Räkna med ett häpnadsväckande uppträdande!

Bob Hansson är Sveriges starkast lysande poetstjärna!

Sedan debuten 1998 har han publicerat åtta hyllade böcker och gav förra året ut sin första roman. Han vann SM i Poetry Slam när det hölls första gången 1995.

Bob medverkar även i olika tidskrifter med dikter och intervjuer.

Hans engagemang, ovanliga pedagogik och otröttliga vilja att stimulera andra att också skriva har gjort honom till en mycket uppskattad artist och kurshållare med uppdrag i hela Sverige.

Anmälan före 20/11: christina@harmonina.se

Pris workshop: 600 kr, (500 kr stud/arb.lös)

Pris föreställning: 150 kr

Pris dag + kväll: 700 kr (500 kr stud/arb.lös)

Mer info på www.harmonina.se

Ett arrangemang av Harmonina –Hälsa för Kropp & Själ

