**SKAŅU RITS /// Saieta trej9 2019 rits Baibas Vanagas vadībā**

Tepat, *viss notiek tepat un šai pašā mirklī.* ***Ar Tevi!***

Jūti. Dzirdi. Iedvesmojies. Dari. Radi. Skani. Esi.

Skaņu rits ir laiks, kad ienākt un atvērties skaņu pasaulei, kas caurstrāvo ārējo un vienlaikus dziļi rezonē iekšējo pasauli, tevi pašu. Skaņu ritā darbosimies un pieredzēsim skaņu burvību izmantojot balsi, ķermeni, ritmu un intuitīvos mūzikas instrumentus. Iesim dziļumā un caur to tapsim plašumā, lai kopā radītu un justu sevi AUGAM.

Līdzi jāņem plediņš un jogas paklājiņš. Ja ir, tad arī savs mūzikas instruments – vargāns, bungas, kokle u.c..

Uz tikšanos!

Baiba Vanaga