

# Everdance® 60+

Beschwingt ins Wochenende tanzen!

**Tanzen Sie gerne? Dann ist Everdance® genau richtig!**

## Informationen zum Inhalt

finden sie auf  
der Rückseite des Flyers.



Designed by pch.vector Freepik

## Kursinformationen:

**Termine:** immer Freitagmorgen um A:08.45 oder B:10.00 Uhr  
19.01./26.01./02.02./23.02./01.03./08.03./15.03./  
22.03.2024

**Ort:** Einstieg ist jederzeit möglich. Schnuppern 1x gratis  
Kirchgemeindehaus Aalmatten, Nidau

**Kurskosten:** Fr. 80.- für 8x 1 Stunde  
Kosten können per Einzahlungsschein bezahlt  
werden.

**Leitung/Anm.:** Nelly Furer Aalmattenweg 49, 2560 Nidau  
032 332 20 93 / 079 940 03 92  
nelly.furer@ref-nidau.ch

**Mitbringen:** bequeme Kleidung, tanzfreudige Schuhe  
**Versicherung** ist Sache der Teilnehmenden.

**Ich freue mich auf beschwingte Stunden!**

**Herzliche Grüsse Nelly Furer, Mitarbeiterin Sozialdiakonie**

ACHTUNG - FERTIG - LOSTANZEN!

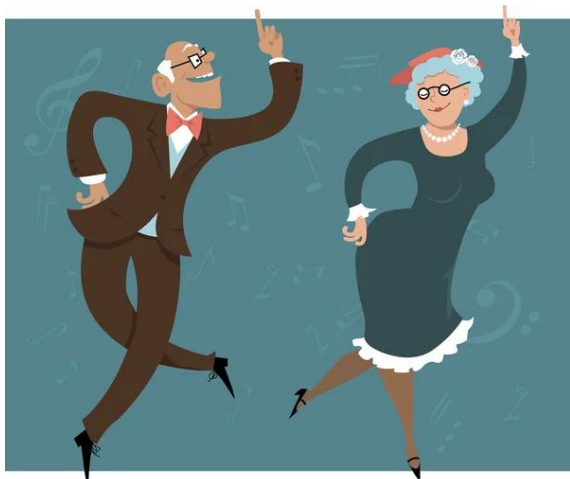
## **SOLO TANZEN Everdance® - Was ist das?**

Everdance...

- ist eine wunderbare Bewegungsmöglichkeit für Personen 60+.  
Natürlich können auch jüngere Personen mittanzen.
- ist Spass an Musik, Bewegung und Rhythmus.
- wird zu Musik, vom Evergreen bis zum aktuellen Schlager, getanzt.
- braucht keine Tanzpartnerin, keinen Tanzpartner.
- wird solo und in der Gruppe getanzt.
- sind Schritte aus Gesellschaftstänzen, wie Walzer, Cha-Cha-Cha, Tango, Rumba, Samba, usw.
- fördert beide Gehirnhälften, das Gleichgewicht und die Konzentrationsfähigkeit.
- stärkt den Kreislauf und die Koordination.
- braucht keine Vorkenntnisse.
- wurde in Zusammenarbeit mit der Pro Senectute entwickelt.

## **Und das Wichtigste: Tanzen macht glücklich!**

Ich freue mich auf alle, die voller Schwung ins Wochenende tanzen wollen!



**Bei Interesse können Sie sich bei mir anmelden:**

Nelly Furer, Mitarbeiterin Sozialdiakonie  
Aalmattenweg 49, 2560 Nidau

032 332 20 93 / 079 940 03 92

[nelly.furer@ref-nidau.ch](mailto:nelly.furer@ref-nidau.ch)

**Freue mich auf sie!**