

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
13.10./20.10./27.10./03.11./10.11./17.11./24.11./
01.12.2023

Einstieg ist jederzeit möglich. Schnuppern 1xgratis
Ort: 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!

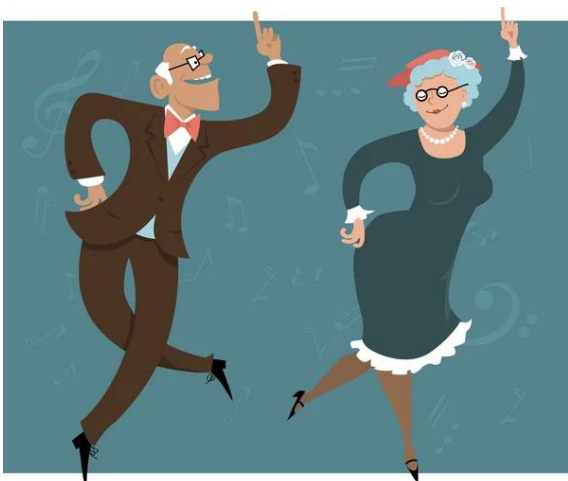
SOLO TANZEN Everdance® - Was ist das?

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

Freue mich auf Sie!