

Tanzen im Sitzen

Zu rhythmischer Musik trainieren wir in lockerer und spielerischer Form Kondition, Koordination, Konzentration, Reaktion und Beweglichkeit.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die Freude an der Bewegung steht im Vordergrund.

Termine: 12. + 19. + 26. September

24. Oktober

07.+ 14. + 21. + 28. November

05. + 12. Dezember

Uhrzeit: 10:00 bis 11.00 Uhr

Ort: Nachbarschaftshaus Gostenhof
Adam-Klein-Straße 6, Raum: EG 01

Kursleitung: Gaby Gehrold

Kosten: Wir freuen uns über einen Beitrag von 3 Euro pro Termin.
Das sind 30 Euro für den gesamten Kurs.
Vergünstigung auf Anfrage möglich.

Anmeldung: Für Fragen und Ihre Anmeldung melden Sie sich bei
Anna Miller, Koordinatorin des Seniorennetzwerkes,

Tel: 0911/30003-119

Mail: seniorennetzwerk.west@diakoneo.de

Information: Für die Teilnahme an der Veranstaltung gelten die
Voraussetzungen der jeweils aktuellen Corona- Richtlinien.

Veranstalter: Seniorennetzwerk Eberhardshof / Muggenhof / Gostenhof in
Kooperation mit dem Nachbarschaftshaus Gostenhof.

