

Für Damen und Herren geeignet!

## Tanzen im Sitzen

ab **Freitag, 26.08.2022, 10:30 Uhr**



Tanzen im Sitzen macht es möglich, sich bis ins hohe Alter tänzerisch zu bewegen.

In aktiver Sitzhaltung wird erst gemeinsam die Choreographie geübt und dann mit Musik und Ansage getanzt.

Dabei werden Konzentration, Koordination, Reaktion und Gedächtnis trainiert.

Die Freude am Tanzen steht im Vordergrund. Es kommt nicht auf Perfektion an!

### 5 Termine

26.08./02.09./09.09./16.09./30.09.

Allmandstr. 18, Friedrichshafen

Leitung: Barbara Denis

TN-Beitrag 15,00 Euro (ermäßigt 12,00 Euro)

Anmeldung Quartiersmanagement Allmand Carré:

Carolin Bucher, Tel. 07541 9226-53

Mechthild Kuhnle Tel. 07541 9226-58

**Bitte denken Sie an bequeme Kleidung und Turn- oder Gymnastikschuhe!**

