



**GESUNDES
ARDAGGER** |



Tanzen ab der Lebensmitte mit Karin Guttman

Tanzen ab der Lebensmitte ist ein „Fun-Sport“ der besonderen Art. Man benötigt zur Ausübung ein paar Personen, geeigneten Boden und ein Abspielgerät. Schon kann der Spaß beginnen. Tanzen ab der Lebensmitte ist Bewegung die Körper und Geist fit hält und bis ins hohe Alter ausgeübt werden kann. Eine besondere methodische Vorgangsweise ermöglicht es, die Tänze schnell zu erlernen und lustvoll zu tanzen. Für Tanzen ab der Lebensmitte sind keine tänzerischen Erfahrungen und kein fixer Partner notwendig. Tanzen ab der Lebensmitte trägt dazu bei, die Lebensqualität für Menschen ab der Lebensmitte zu erhalten und zu verbessern. Tanzen ab der Lebensmitte...

- hält Körper & Geist fit
- verbessert das Gleichgewicht
- bereitet Freude und macht Spaß
- Besucher benötigen keine Vorkenntnisse
- Sie können gerne auch alleine kommen

Datum: **gratis Schnupperstunde: 1. Februar 2023, 18.30-20 Uhr**
Im Anschluss an die Schnupperstunde ist eine wöchentliche Tanzeinheit **jeweils mittwochs geplant.**

Ort: Gasthof Kreamslehner in Stephanshart

Kosten: 90 Minuten zum Preis von € 5,--
Mindestteilnehmeranzahl: 8 TeilnehmerInnen
Schnupperstunde gratis

Anmeldung: **Karin Guttman**, Tanzleiterin
T: 0670/777 66 94, T: ka.gutt@epmail.at
www.tanzenabderlebensmitte.at

Das Gesunde Gemeinde-Team
freut sich auf Ihre Teilnahme!

**GESUNDES
ARDAGGER** |

