

Neue Kurse der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB)

Tanzen für Senioren

Tanzen ist Ausdruck von Lebensfreude. Tanzen schult fließende Bewegungsabläufe und die Koordination. Tanzen wirkt positiv auf Muskeln und Gelenke. Tanzen verbessert die Konzentrationsfähigkeit und hat einen positiven Effekt auf das Körpergefühl. Tanzen aktiviert ganzheitlich, verbessert Alltagskompetenzen und steigert die Lebensqualität.

In diesem Kurs werden Kreis-, Block- und Gassentänze, meditative Tänze sowie Tänze im Sitzen erlernt. Freude und Spaß an Musik und Bewegung kommen dabei nicht zu kurz.

Teilnahme ist mit und ohne Partner möglich. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Anfänger sind herzlich willkommen!

Gerne können Sie nach Voranmeldung beim nächsten Termin unverbindlich zum Schnuppern kommen! Das Angebot ist offen für alle und richtet sich an die Altersstufen 60+/70+.

Kurs 1: Filialkirchengemeinde St. Wendelin Zeckern

Ort: Ehemalige Musikschule, Zeckerner Hauptstr. 11, 91334 Hemhofen

Termine: vierzehntägig, jeweils Mittwoch, 9:00-10:30 Uhr

25.09.2024 16.10.2024 30.10.2024 06.11.2024 27.11.2024

11.12.2024 08.01.2025 22.01.2025 05.02.2025 19.02.2025

Kurs 2: Pfarrei St. Mauritius Röttenbach

Ort: Kath. Pfarrheim Röttenbach

Termine: vierzehntägig, jeweils Donnerstag, 15:00-16:30 Uhr

26.09.2024 Mittw. 16.10.2024 31.10.2024 07.11.2024 28.11.24

12.12.2024 09.01.2025 23.01.2025 06.02.2025 20.02.2025

Anmeldung: Angela Schäfer (Tanzleitung), Tel. 09190-997330 oder

Kath. Pfarramt Röttenbach, Tel. 09195-7110