

Neue Kurse der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB)



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. **T a n z doch mit!**

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: Kirchengemeinde St. Wendelin Zeckern

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

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

23.09.2026 07.10.2026 21.10.2026 04.11.2026 18.11.2026

02.12.2026 16.12.2026 13.01.2027 27.01.2027 10.02.2027

Kurs 2: Pfarrei St. Mauritius Röttenbach

Ort: Kath. Pfarrheim Röttenbach (ab November 2026)

(Achtung: Bis Ende Oktober finden die Termine wegen Renovierung des Pfarrheims in der ehemaligen Musikschule, Zeckerner Hauptstr. 11, 91334 Hemhofen, statt!!)

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

24.09.2026 08.10.2026 Mittwoch 21.10.2026 05.11.2026 19.11.26

03.12.2026 17.12.2026 14.01.2027 28.01.2027 11.02.2027

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

Kath. Pfarramt Röttenbach, Tel. 09195-7110