

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.

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 unverbindlich einmal 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**

04.03.2026, 18.03.2026, 22.04.2026, 29.04.2026, 20.05.2026, 27.05.2026,
17.06.2026, 01.07.2026, 15.07.2026, 29.07.2026

Kurs 2: Pfarrei St. Mauritius Röttenbach

Ort: Kath. Pfarrheim Röttenbach

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

06.03.2026 (einmalig Freitag) 19.03.2026, 23.04.2026, 30.04.2026, 21.05.2026,
28.05.2026, 18.06.2026, 02.07.2026, 16.07.2026, 30.07.2026

Anmeldung: Angela Schäfer (Tanzleitung), Tel. 09190-997330 oder
Kath. Pfarramt Röttenbach, Tel. 09195-7110