

# Geselliges Tanzen



für Senioren -  
kein Partner erforderlich

**Volkstänze,  
Mittelalterliche Tänze,  
Kreistänze, Reihentänze,  
Tänze aus aller Welt,  
Tanzspiele u.v.m.**

Beim „Geselligen Tanzen“ geht es um das Erlernen verschiedenster einfacher Tänze, wobei sich zwangsläufig Koordinationsfähigkeit, Körpergefühl, Konzentration, Kräftigung der Muskulatur und Beweglichkeit verbessern werden. Durch das gesellige Miteinander wird die soziale Komponente des Gemeinschaftsgefühls geprägt, Kontakte und Gespräche gefördert und das Selbstvertrauen gestärkt.

Rhythmus und Musik wirken äußerst positiv auf die Seele. Tanz, Tanzspiele und koordinierte Bewegung werden im Kampf gegen Altersdemenz erwiesenermaßen höchst erfolgreich angewendet. Wir werden eine beschwingte, durch Fröhlichkeit geprägte Stunde miteinander erleben.

Wann: mittwochs, 18.00 Uhr

Wo: Gasthaus Hotel zur Schonenburg in Schönberg/Kamp

**Kontakt:** Seniorenbund Obmann Gottfried Kluger, Tel. 0664 2007720

Annette Wäder, Tel. 0664 9712212, [annettewaeder@gmail.com](mailto:annettewaeder@gmail.com)

Übungsleiterin Breiten- und Seniorensport und  
Tanzlehrerin für Gesellschaftstanz Standard & Latein