

Kurs 5



Ort

Stiftung Schloss Biberstein
Rittersaal
Dorfstrasse 99
5023 Biberstein



Leitung

Jacqueline Rüede
Tel 079 359 81 73

Kosten

Fr. 96.—

Anmelde-Schluss

4. März 2021

Tanzen und Bewegen

Tanzen zu schöner Musik ist befreiend. Sie machen kreative Übungen, die Ihre Beweglichkeit fördern.

Wir machen Spiele und haben Spass zusammen.

Sie entdecken neue Bewegungen, die entspannend sind.

So lernen Sie, Ihrem Körper zu vertrauen. Sie fühlen sich im Alltag sicherer und werden aufmerksamer.

Mitbringen

Rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, Imbiss, Getränk

Daten

■ **Samstag**, 10.00 bis 12.30 Uhr

März 20.

April 10.

Mai 08.

Juni 26.
