

Kurs 5



Ort

Stiftung Schloss Biberstein
Rittersaal
Dorfstrasse 99
5023 Biberstein



Leitung

Jacqueline Rüede
079 359 81 73

Kosten

Fr. 95.–

Anmelde-Schluss

5. März 2022

Beschwingt tanzen - jubeln 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 und Zeiten

Samstag	10.00 bis 12.30 Uhr
März	19.
April	09.
Mai	07.
Juni	11.