

Tanzen im Sitzen

Pfäfers

"Wo befreundete Wege zusammenlaufen, dort sieht die ganze Welt für eine Stunde wie Heimat aus." (Hermann Hesse) Die Basis bilden Tänze im Sitzen, die die Beweglichkeit fördern, die Kommunikation anregen und Erinnerungen wachrufen. In Gemeinschaft mit anderen wird im Sitzen die Musik gespürt und das «Hirni» kommt durch die einfachen Bewegungsabläufe in Schwung. Auch wer nicht tanzen möchte, ist herzlich eingeladen. Termine: mittwochs, 14.01.2026, 04.02.2026, 25.02.2026, 18.03.2026, 08.04.2026, 29.04.2026, 20.05.2026, 10.06.2026 und 01.07.2026

Voraussetzung für die Teilnahme

Freude an Bewegung und Musik.



Alle Informationen zum Kurs
finden Sie auch auf
www.sg.prosenectute.ch

Durchführung

14. Januar bis 01. Juli 2026

Tag und Uhrzeit

Mittwoch, 14:15 - 15:15 Uhr

Anzahl Kurstage

12

Lektionen pro Kurstag

1

Kursleitung

Vreni Marti-Dornbierer

Durchführungsort/Treffpunkt

Seniorenzentrum Monteluna
Bofelstrasse 6
7312 Pfäfers

Kosten

Der Kurs ist dank der Unterstützung
unserer Partner kostenlos.
je Veranstaltung

Anmeldung

Für dieses Angebot ist keine
Anmeldung notwendig