



Senioren-Tanz

Mittwoch
11:00 – 12:00 Uhr

Ab 18. Januar 2012

- Wo?** Physio-Med. Therapiezentrum Weissig
Bautzner Landstraße 291
01328 Dresden OT Weissig
Tel.: 0351-2179787
- Inhalte:** Ein Mix aus lateinamerikanischen Tänzen und einfachen Tanzschritten hält Sie im Alter fit und macht enormen Spaß, egal, ob Mann oder Frau.

Genießen Sie die positive Auswirkung auf Herz-Kreislauf, Stoffwechsel und Koordination sowie auf die gesamte Seele.
- Ziele:**
- Kondition
 - Spaß an Bewegung und Erhalt der Beweglichkeit
 - Rhythmusgefühl
- Für wen?** - für Senioren
- Leitung:** - durch ausgebildete Physiotherapeuten
- Kosten:** - Mitgliedschaft im Verein über 1 Jahr:
130,- € pro Jahr oder 13,-€ monatlich