



Schwimmgemeinschaft  
GELSENKIRCHEN e.V.

**Wir starten mit  
einem neuen Kurs!**

**ErlebnisTanz®**



**Komm vorbei und probier's!**

Ab: Dienstag 6.9.2022, Um: 16:30 – 17:30 Uhr

In der Schulsporthalle Emmastraße

Anmeldung: Bärbel Kussin

Tel. Nr. 01634121369 (ab 18.00 Uhr Mo- Fr)

Egal in welchem Alter man damit anfangen möchte: Tanzen sieht immer gut aus, macht fit und bringt zu dem noch jede Menge Spaß! Dabei ist das Bewegen zur Musik viel mehr als nur ein fröhlicher Zeitvertreib.



Tanzen vereint Bewegung und Musik. Gleichzeitig trainiert es das Gehirn wie kaum eine andere Freizeitbeschäftigung. Die verschiedenen Tanzschritte und teilweise komplizierten Drehungen erfordern ein hohes Maß an Konzentration und Koordination. Außerdem schüttet unser Körper Glückshormone beim Tanzen aus. Ebenso werden dem Tanzen heilende Kräfte zugesprochen. Dies sind viele gute Gründe mit dem Tanzen anzufangen, egal wie alt man ist!



Jeder kann Tanzen lernen, das ist unser Motto. Unsere Übungsleiterin wird Ihnen mit Leichtigkeit auf Tanzkonzepttypische Weise einige Tanzrichtungen zeigen und Sie werden staunen, welche Tänze Sie in kurzer Zeit beherrschen. Natürlich steht die Freude am Mitmachen bei uns stets im Vordergrund.

*Was wird benötigt: Gute Laune, Hallenschuhe, und etwas zu Trinken.*