

Everdance Seniors - Gesellschaftstänze ohne Tanzpartner Sommerkurs

| | |
|----------------------|---|
| Beschreibung | Wer vom Everdance-Virus gepackt wurde, den lässt er nicht mehr los! Everdance ist eine Tanzform für sie und ihn ab 60. Es ist ein Tanz für Herz, Beine und Kopf. Sie erlernen einfache Schrittformen moderner Paartänze und tanzen diese in losen Gruppen. Somit sind Sie nicht auf einen Tanzpartner oder eine Tanzpartnerin angewiesen. Everdance wurde von Pro Senectute Kanton Zürich entwickelt und der Kurs wird von ausgebildeten, erfahrenen Everdance Lehrpersonen unterrichtet. |
| Inhalt | <ul style="list-style-type: none">• Aufwärmen mit Schwunggymnastik• Schrittfolgen klassischer Gesellschaftstänze erlernen• Choreografien zu Evergreens erarbeiten und tanzen• Gemeinsamer Ausklang |
| Lernziele | Sie können einfache Schrittfolgen klassischer Gesellschaftstänze wie beispielsweise Chachacha, Samba, Foxtrott oder Walzer tanzen. Sie beanspruchen beim Erlernen von Everdance beide Gehirnhälften und stärken so Ihre Koordinationsfähigkeit, den Orientierungssinn und das Rhythmusgefühl. Zusätzlich stärken Sie Ihr Herz-Kreislauf-System und werden beweglicher. |
| Zielgruppe | Senior/innen ab 60 - Junggebliebene und solche, die einfach Freude an Bewegung und Tanz haben und das gerne auch ohne Partner ausüben möchten. |
| Voraussetzung | Sie können einfach loslegen: Sie benötigen keine Vorkenntnisse Man braucht keine*n Partner*in. Sie dürfen sich gerne alleine oder zu zweit anmelden. |
| Zusatzinfo | Gratis Eintritt zum Thé Dansant Tanznachmittag mit aktuellem Teilnehmerschein Everdance. Die Klubschule und das Tanzwerk101 sind Mitglied der Tanz Vereinigung Schweiz (TVS). Durch die Partnerschaft von TVS und der SWICA Versicherung werden Ihre tänzerischen Aktivitäten von der Zusatzversicherung unterstützt. Fragen Sie auch bei Ihrer Versicherung nach. |

Everdance Seniors - Gesellschaftstänze ohne Tanzpartner Sommerkurs

| | |
|-------------------------|---|
| Datum | 19.07.2024 - 24.07.2024 / E_1744891 |
| Zeit | 15:00 - 15:50 h |
| Wochentage | Mo;Mi;Fr |
| Dauer | 3 Kurstag(e). Total 3.00 Lektion(en) à 50 Minuten |
| Preis | CHF 75.00 |
| Durchführungsort | Tanzwerk101, Pfingstweidstrasse 101, 8005 Zürich |

| Termine | Tag | Datum | Zeit |
|----------------|------------|--------------|---------------|
| | 1 Fr | 19.07.2024 | 15:00 - 15:50 |
| | 2 Mo | 22.07.2024 | 15:00 - 15:50 |
| | 3 Mi | 24.07.2024 | 15:00 - 15:50 |