

Everdance für Senior/innen - Gesellschaftstänze ohne Tanzpartner

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 für Senior/innen - Gesellschaftstänze ohne Tanzpartner

Datum	26.08.2024 - 14.10.2024 / E_1752760
Zeit	10:00 - 10:50 h
Wochentage	Mo
Dauer	8 Kurstag(e). Total 8.00 Lektion(en) à 50 Minuten
Preis	CHF 160.00
Durchführungsort	Tanzwerk101, Pfingstweidstrasse 101, 8005 Zürich

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mo	26.08.2024	10:00 - 10:50
	2 Mo	02.09.2024	10:00 - 10:50
	3 Mo	09.09.2024	10:00 - 10:50
	4 Mo	16.09.2024	10:00 - 10:50
	5 Mo	23.09.2024	10:00 - 10:50
	6 Mo	30.09.2024	10:00 - 10:50
	7 Mo	07.10.2024	10:00 - 10:50
	8 Mo	14.10.2024	10:00 - 10:50