

Wann:

Samstag, 10. November 2018
10:00 bis 12:00 Uhr

Wo:

Turnhalle der
Mittelbergschule
Pastor-Kollmann-Straße
66583 Spiesen-Elversberg

Kosten:

Mitglieder: 10,00 Euro
Nichtmitglieder: 15,00 Euro

**Ein fortlaufender Kurs ist ab
Januar 2019 geplant.**

Mitzubringen:

- passende Schuhe
- gute Laune
- Freude an Bewegung zur Musik

Leitung: Claudia Procopio

lizenzierte Line Dance-Trainerin

**Auskünfte
und Anmeldung:**

Claudia Procopio
Tel. 0160 8160204

Ute Born-Hort
Tel. 06821 9145900

anmeldung@kneipp-verein-spiesen.de
www.kneipp-verein-spiesen.de

Anmeldung erforderlich

Latin, Pop, Rock, Country Line Dance



**Kennenlern-Workshop
Samstag**

**10. November 2018
10:00 bis 12:00 Uhr**

The logo for Kneipp Verein Spiesen, featuring the word 'Kneipp' in large blue letters, 'Verein' in smaller red letters above it, and 'Spiesen' in red letters below it, with a small green leaf icon to the right of 'Verein'.

Line Dance

ist ein weit verbreitetes Hobby, das immer mehr Anhänger findet.

Alleine ohne festen Partner in einer Gruppenformation wird zu bekannten Songs getanzt.

Eines ist klar: Tanzen trägt zum allgemeinen Wohlbefinden bei.

Tanzen ist Leben, ist Bewegung, ist Freude. Tanzen kann auch gegen überflüssige Pfunde eingesetzt werden. Tanzen ist eine gesunde Form, um den Körper in Schwung zu halten.

Alle Elemente der allgemeinen Fitness, - Kraft, Bewegung, Ausdauer und Koordination - werden beim Tanzen trainiert. Darüber hinaus fördert es die sozialen Kontakte und bedeutet Lebensbejahung, was für jede Altersgruppe wichtig ist.



Line Dance

ist für Tänzer jeden Alters geeignet und unterscheidet sich von anderen Tanzarten im Wesentlichen durch den Verzicht auf den Partner, ohne wirklich alleine zu tanzen.

Line Dance

ist eine Tanzform, bei der einzelne Tänzer in Reihen und Linien vor-, neben- und hintereinander tanzen.

Line Dance

ist eine Bereicherung für alle, die ohne Partner tanzen möchten.

Niemand muss Angst haben, seinem Partner auf die Füße zu treten. Jeder tanzt "solo" aber eben gleichzeitig und synchron mit anderen.



Tanzen ist Träumen mit den Füßen!