

**Wann:**

Dienstag, 26. März 2019  
18:00 bis 19:00 Uhr

**Wo:**

Borussia Sportheim  
Albert-Schweizer-Str. 49  
66583 Spiesen-Elversberg

**Kosten:**

Mitglieder: 25,00 Euro  
Nichtmitglieder: 35,00 Euro

**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  
c.procopio@gmx.de

Ute Born-Hort  
Tel. 06821 9145900

anmeldung@kneipp-verein-spiesen.de  
[www.kneipp-verein-spiesen.de](http://www.kneipp-verein-spiesen.de)

Anmeldung erforderlich

# Latin, Pop, Rock, Country Line Dance



**Anfänger Line Dance  
Kurs ab Dienstag  
26.03.2019**

 **Verein**  
**Kneipp**  
Spiesen



## 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!**