

Tanzen – Warum nicht?



**Dienstag, 4.2. – 18.3.2025, 6x
15:30 - 17:00 Uhr**

Leitung: Lucie Bayer, Tanzpädagogin

Menschen mit Parkinson, M.S., Rheuma oder andere Schwierigkeiten bei der Bewegung profitieren von kreativer, tänzerischer Bewegung. Immer mehr Studien zeigen: Tanzen wirkt direkt auf das Gehirn ein und ist unzweifelhaft wohltuend! Jeder kann tanzen, auf den Beinen, auch im Sitzen auf einem Stuhl, im Rollstuhl oder mit Rollator. Die Musik bringt uns leicht und schwungvoll in Bewegung und lässt vielleicht die Probleme im Moment vergessen. Wir genießen den Spaß im Hier und Jetzt und die positiven Effekte auf die Mobilität und auf das Wohlbefinden. Die Glückshormone sprudeln! Begleitpersonen zahlen keine Kursgebühr.

Diese Veranstaltung wird in Kooperation mit Eule, FAB Organos veranstaltet.

Kurspreis: € 76,00 (AK-Mitglieder € 68,40)
Begleitpersonen zahlen keine Kursgebühr!

Kursort: Gymnastiksaal, VHS Steyr
Anmeldung unter 07252/98243 oder an
steyr@vhsooe.at

Tanzen für Menschen

... mit Parkinson, M.S., Rheuma, ...



Tanz für Menschen mit...

Tanz dich frei & froh



Tanzen für Kinder

Beckenbalance



Yoga & Pilates