


Tanzworkshop „Fit als Senior“

Geist und Körper
werden gefordert

Olsberg. In den Ferien bietet der Tanzsportclub Olsberg Tanzworkshops mit dem Thema „Fit als Senior“ an. Termine: Donnerstag, 22. und 29. August jeweils um 10.30 Uhr. Dass Tanzen jung erhält und gut für Körper und Seele ist, dürfte allgemein bekannt sein. Die Bewegung zur Musik baut Stress ab und gibt pure Lebensfreude. Gemeinsam mit anderen den Rhythmus zu finden sorgt für Geselligkeit. Die „grauen Zellen“ profitieren durch das Erlernen von Tanzschritten und deren Umsetzung beim Tanzen.

Geist und Körper werden gefordert - aber nicht überfordert. Es werden viele Schritte vom klassischen Tanz zu moderner Musik übernommen. Bei diesem Workshop werden die Tanzschritte jedoch einzeln und nicht als Paar getanzt. Er ist darum besonders für Singles geeignet.

i Die Kosten betragen 5 Euro pro Person. Veranstaltungsort: TSC-Tanzstudio im Untergeschoss der Olsberger Hauptschule. Weitere Informationen und Anmeldungen unter ☎ 



In den Ferien bietet der Tanzsportclub Olsberg Tanzworkshops mit dem Thema „Fit als Senior“ an

FOTO: VEREIN