

# Tanzen im Sitzen

mit



Barbara Reichelt

Die Bewegung bringt den  
Kreislauf in Schwung und ist gut für die Gelenke!

Die eingeübten Abläufe (und das gleichzeitige Singen, wenn man mag)  
aktivieren das Gehirn.

Und das Wichtigste: es macht einfach Spaß,  
gemeinsam in der Gruppe zu tanzen!

Egal welches Alter – alle sind willkommen!

## Termine 2024 September bis Dezember

Immer dienstags:

03.09.      24.09.      08.10.      22.10.  
05.11.      19.11.      03.12.

**Uhrzeit: 10 – 11 Uhr**

Wo: Seniorenbegegnungsstätte Gartenstadt / Heckenweg 1

Um Anmeldung wird gebeten bei Birgit Staib Tel. 2178876

Eine Kooperation von

Seniorenbegegnungsstätte  
Gartenstadt e.V.

SENIORENNETZWERK  
GARTENSTADT/SIEDLUNGEN SÜD



# Tanzen im Sitzen

mit



Barbara Reichelt

Die Bewegung bringt den  
Kreislauf in Schwung und ist gut für die Gelenke!

Die eingeübten Abläufe (und das gleichzeitige Singen, wenn man mag)  
aktivieren das Gehirn.

Und das Wichtigste: es macht einfach Spaß,  
gemeinsam in der Gruppe zu tanzen!

Egal welches Alter – alle sind willkommen!

## Termine 2024 September bis Dezember

Immer dienstags:

03.09.      24.09.      08.10.      22.10.  
05.11.      19.11.      03.12.

**Uhrzeit: 10 – 11 Uhr**

Wo: Seniorenbegegnungsstätte Gartenstadt / Heckenweg 1

Um Anmeldung wird gebeten bei Birgit Staib Tel. 2178876

Eine Kooperation von

Seniorenbegegnungsstätte  
Gartenstadt e.V.

SENIORENNETZWERK  
GARTENSTADT/SIEDLUNGEN SÜD

