



Everdance ® für Senioren/innen



Garantierte Durchführung

Beschreibung

Wer vom Everdance-Virus gepackt wurde, den lässt er nicht mehr los! Everdance ist eine Tanzform für sie und ihn ab 60. Es ist ein Tanz für Herz, Beine und Hirn. Sie erlernen einfache Schrittformen moderner Paartänze und tanzen diese in losen Gruppen. Somit sind Sie nicht auf einen Tanzpartner oder eine Tanzpartnerin angewiesen. Everdance wurde von Pro Senectute Kanton Zürich entwickelt.

Dies ist ein Angebot des Seniorencampus. Hier nehmen wir uns Zeit, um Ihren individuellen Bedürfnissen gerecht zu werden.

- Dieser Kurs ist von QualiCert anerkannt. Sie haben dadurch die Möglichkeit über Ihre Krankenkasse einen Beitrag an die Kurskosten geltend zu machen, wenn Sie über eine entsprechende Zusatzversicherung verfügen. Weitere Infos: qualicert.ch.

Inhalt

- Aufwärmen mit Schwunggymnastik
- Schrittfolgen moderner Gesellschaftstänze erlernen
- Choreografien zu Evergreens erlernen und tanzen
- Gemeinsamer Ausklang

Voraussetzung

Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

Zielgruppe

Senior/innen

Lernziele

Sie können einfache Schrittfolgen moderner Gesellschaftstänze wie beispielsweise Cha-Cha-Cha, Samba oder Walzer tanzen. Dadurch, dass Sie beide Gehirnhälften beanspruchen, verbessern Sie Ihre Koordinationsfähigkeit, den Orientierungssinn und das Rhythmusgefühl. Zusätzlich stärken Sie das Herz-Kreislauf-System und Sie werden beweglicher.

Anschluss-Fortsetzungskurs

- [Seniorencampus-Angebote_Bewegung_und_Gesundheit](#)
- [Tanzkurse](#)
- [Kurs_nicht_gefunden?_Teilen_Sie_uns_Ihren_Kurswunsch_mit.](#)

Zusatzinfo

- Auf ausgewählten parallel gebuchten Bewegungs-, Entspannungs- und Tanzkursen für Senioren/innen ([Seniorencampus](#)) erhalten Sie 30% Rabatt.

Datum

22.08.2019 - 24.10.2019 / E_1282208

Zeit

09:00 - 09:50 h

Klubschule Migros Baden

Tel. +41 58 568 97 97

Nordhaus 3 / Güterstrasse
5400 Baden

klubschule.baden@migrosaare.ch
klubschule.ch





Everdance ® für Senioren/innen



Garantierte Durchführung

Wochentage

Do

Dauer

10 Kurstag(e). Total 10.00 Lektion(en) à 50 Minuten

Preis

CHF 180.00

Durchführungsort

Nordhaus 3 / Güterstrasse, 5400 Baden

Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Do	22.08.2019	09:00 - 09:50
2 Do	29.08.2019	09:00 - 09:50
3 Do	05.09.2019	09:00 - 09:50
4 Do	12.09.2019	09:00 - 09:50
5 Do	19.09.2019	09:00 - 09:50
6 Do	26.09.2019	09:00 - 09:50
7 Do	03.10.2019	09:00 - 09:50
8 Do	10.10.2019	09:00 - 09:50
9 Do	17.10.2019	09:00 - 09:50
10 Do	24.10.2019	09:00 - 09:50

Klubschule Migros Baden

Tel. +41 58 568 97 97

Nordhaus 3 / Güterstrasse
5400 Baden

klubschule.baden@migrosaare.ch
klubschule.ch

