



# Tango Argentino - Gesundheitstag



## Garantierte Durchführung

### Beschreibung

Geht es in Ihrem Alltag gerade darum, sich regelmässig auszupeinern oder sich zu zentrieren und achtsamer zu werden? Oder wollen Sie sich endlich bewusster ernähren? Finden Sie es am 5. November 2022 heraus: Wir laden Sie zum Schwitzen und Entspannen ein. Erfahren Sie die wohltuende Wirkung von unseren gesundheitsfördernden Kursen auf Körper, Geist und Seele. Die Klubschule Migros und die Gesundheitsinitiative iMpuls freuen sich auf einen bewegten Samstag mit Ihnen. Wählen Sie Ihren Standort aus und sichern Sie sich mit einer kostenlosen Anmeldung Ihren Platz.

Im Kurs Tango Argentino erlernen Sie grundlegende Prinzipien dieses ausdrucksstarken Tanzes: Führen und Folgen, Schritttechniken, Schulung des Gleichgewichtsempfindens und des Rhythmusgefühls. Zusammen mit Ihrem Partner eignen Sie sich eine angenehme Tanzhaltung an und erlernen einfache Figuren und Schrittelemente. Erleben Sie die Vielfalt und die Harmonie des Tangos und kreieren Sie eigene Kombinationen aus den Figurenelementen.

### Inhalt

- Schritttechnik, Schrittfolgen, Drehungen und Figuren wie z.B. voreinander oder aussenseitlich in Spuren gehen, Grundfigur mit oder ohne Cruzado (Einkreuzschritt), Ochos (Vorwärts- oder Rückwärtsschritt mit nachfolgender Drehung)
- Rhythmustraining

### Voraussetzung

Da die Platzzahl begrenzt ist, bitten wir um Ihre Anmeldung.

### Zielgruppe

Erwachsene

### Lernziele

- Sie lernen führen und folgen
- Sie verbessern Ihre rhythmischen und tänzerischen Fähigkeiten im Tango Argentino
- Sie lassen sich verzaubern von der Welt des Tangos

### Zusatzinfo

Anmeldung nur als Paar möglich. Der Kurspreis versteht sich pro Person. Bitte melden Sie beide Personen einzeln an.  
Angenehme Kleidung und Schuhe mit Ledersohlen und niedrigen Absätzen sind von Vorteil.  
Weitere Angebote des Gesundheitstages finden Sie mit dem Suchbegriff "Gesundheitstag". Sie sind herzlich eingeladen!

### Datum

05.11.2022 / E\_1610228

### Zeit

09:00 - 09:50 h

### Wochentage

Sa

### Dauer

1 Kurstag(e). Total 1.00 Lektion(en) à 50 Minuten

**Klubschule Migros  
Winterthur**  
Rudolfstrasse 11  
8401 Winterthur

Tel. +41 58 568 44 45  
info.wi@gmos.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Tango Argentino - Gesundheitstag



**Garantierte Durchführung**

**Preis** CHF 0.00

**Durchführungsort** Rudolfstrasse 11, 8401 Winterthur

<b>Termine</b>	<b>Tag</b>	<b>Datum</b>	<b>Zeit</b>
	1 Sa	05.11.2022	09:00 - 09:50