



Tanzen ab der Lebensmitte

Tanzen bringt Freude, hält körperlich und geistig fit und tut einfach gut. Mit **einfachen Mitmachtänzen** ist der Einstieg jederzeit möglich – ganz ohne Vorkenntnisse oder fixen Tanzpartner.

 fördert **Gleichgewicht & Beweglichkeit**

 trainiert **Gedächtnis & Koordination**

 regt **Kreislauf & Stoffwechsel** an

 macht Spaß in netter Gemeinschaft

 **Alle sind willkommen!**

Die Einheiten finden jeden **Mittwoch**
von **18:30 bis 20:00 Uhr**
im **Turnsaal** des Kindergartens
St. Ruprecht ob Murau statt –
bis Mai 2026.

Bernadette Pichler

Tanzleiterin Seniorentanz

📞 0664/99 62 347

🌐 www.tanzenabderlebensmitte.at

