

Fit durch Ballett

Gönnen Sie Ihrer Gesundheit etwas Gutes - finden Sie Freude an der tänzerischen Bewegung! Ballett ist die ideale Grundlage für alle modernen Tanzrichtungen. Durch einfache Übungen erlernen Sie die Grundschriffe des Klassischen Balletts und fördern Ihre Konzentration und Ihre Beweglichkeit. Sie bekommen ein besseres Gefühl für eine korrekte Körperhaltung. Ihre Muskeln und Ihre Ausdauer werden gestärkt. Beim Training legen wir viel Wert auf Spaß am Tanz und der Musik. Jede Stunde wird mit Dehn- und Entspannungsübungen abgeschlossen.
Für alle Altersgruppen geeignet!

Bitte mitbringen: Ein Getränk, bequeme leichte Kleidung und Gymnastikschuhe mit weicher Sohle.

Kurs-Nr.	84-004 (Semester: 1/24)
Dozentin/Dozent	Inta Strautmann
Daten und Kosten	Donnerstag, 25.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr 71,80 Euro
Veranstaltungsort	Pestalozzischule Gymnastikhalle Schillerring 20, 49716 Meppen Rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Madlen Frese

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
25.04.2024	19:30 - 21:00 Uhr	Pestalozzischule Gymnastikhalle
02.05.2024	19:30 - 21:00 Uhr	Pestalozzischule Gymnastikhalle
16.05.2024	19:30 - 21:00 Uhr	Pestalozzischule Gymnastikhalle
23.05.2024	19:30 - 21:00 Uhr	Pestalozzischule Gymnastikhalle
30.05.2024	19:30 - 21:00 Uhr	Pestalozzischule Gymnastikhalle
06.06.2024	19:30 - 21:00 Uhr	Pestalozzischule Gymnastikhalle
13.06.2024	19:30 - 21:00 Uhr	Pestalozzischule Gymnastikhalle
20.06.2024	19:30 - 21:00 Uhr	Pestalozzischule Gymnastikhalle