



LINEDANCE

GESUNDES
HENNERSDORF



das Tanzvergnügen als Jungbrunnen mit Barbara Brandner

In Kooperation mit der Pfarre Hennersdorf bietet die **Gesunde Gemeinde** Linde Dance an.



Personen jeden Alters können Ausdauer und Vitalität trainieren. Tanzen vereint sportliche Aktivität mit Gedächtnistraining, um sich beispielsweise Schrittfolgen zu merken.

Beim Tanzen werden die Gelenke geschmeidig gehalten. Durch die Körperspannung kräftigen sich Muskeln und Knochen, dies ist eine gute Vorbeugung gegen Osteoporose, außerdem wird das Herz-Kreislaufsystem gestärkt.

Tanzen macht viel Spaß – ein Faktor, der nicht unterschätzt werden darf. Schöne Walzerklänge, Foxtrott, Cha-Cha-Cha, Tango, Folklore und vieles mehr sind im Angebot.

Musik zu hören und sich nach wohltuenden Klängen rhythmisch zu einem angemessenen Tempo zu bewegen, macht Spaß und schafft eine beschwingte Seele.

Hinzu kommen die Geselligkeit und nette Unterhaltung mit Gleichgesinnten.

Beim Line Dance bleibt man aktiv und hat jede Menge Spaß!

Wann: Ab 22.09.2021 jeden Mittwoch von 10-12 Uhr

Wo: Pfarrsaal Hennersdorf, Bachgasse 2

Kosten: 10er Block zu € 70,00, die erste Einheit ist gratis.

Bitte direkt mit der Kursleiterin abrechnen.

**Ihre Anmeldung ist unbedingt unter den Tel.Nrn.: 0699/126 55 666 oder
0664/500 27 61 erforderlich.**

Bitte um Einhaltung der 3G-Regel!

Wir wünschen viel Freude & Spaß an der Bewegung!

Mag. Thaddäus Heindl
Bürgermeister

Andrea Chromecek
Arbeitskreisleitung
„Gesunde Gemeinde“