

ROLLATORTANZ

Inhalt und Ziel

Sie gehen an einem Rollator und haben Freude an Musik? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Lernen Sie Ihren Rollator als Tanzpartner kennen und lieben. Tanzen ist ein wichtiger Beitrag zur Gesunderhaltung im Alter. Es kann vorbeugend wirken gegen Demenz und gegen andere degenerative Erkrankungen.

Unser Gruppenangebot ROLLATORTANZ im Alterszentrum Birsfelden gibt Ihnen die Möglichkeit dazu. Geniessen Sie die Bewegung zu ansprechender Musik und freuen Sie sich auf neue soziale Kontakte. Dabei wird niemand überfordert. Jeder kann in seinem eigenen Tempo mitmachen.

Rollatortanz bietet eine Möglichkeit auch mit eingeschränkter Bewegungsfähigkeit Spass am Tanzen zu haben.

Zielgruppe

Personen, die an einem Rollator gehen

Kosten

- Einzellektion CHF 17.-
- 10 Lektionen CHF 150.-
- 1 Probelektion gratis

Termine / Ort

Immer Montags von 14.30 Uhr bis 15.20 Uhr
Im Eichensaal, Alterszentrum Birsfelden

Anmeldung

Praxis für Physiotherapie Alterszentrum Birsfelden
Hardstrasse 71; 4127 Birsfelden
therapie@az-birsfelden.ch oder 061 319 88 57



"Ich freue mich, Sie bald in unserem Kurs begrüßen zu dürfen"
Karin Zimmermann, Vitaltrainerin