



Easy Dance Slow

in Zürich

Kreis 1, Walcheplatz

Easy Dance Slow ist ein Ganzkörpertraining zu multikultureller Musik in gemütlichem Tempo. Easy Dance Slow eignet sich für alle, die auch ohne Partnerin oder Partner gerne tanzen und die Freude an der Bewegung mit anderen teilen möchten. Sie kombinieren einfache Schritte und Drehtechniken aus Walzer, Tango, Two Step, Bachata und weiteren Tanzstilen. Sie trainieren Koordination und Beweglichkeit und kräftigen auch wichtige Partien der Bauch- und Rückenmuskulatur. Easy Dance Slow macht auch ohne Vorkenntnisse sehr viel Spass und verbessert zudem Körperwahrnehmung und Haltung und fördert die Entspannung.



Kursort

Gym Puzzle
Walcheplatz 12
8001 Zürich

Kurszeit Für Interessierte ohne Vorkenntnisse

Dienstag, 14.15–15.15 Uhr
Fortsetzungskurs
7. Mai–25. Juni 2019 (8 Lektionen)

Kurskosten (exkl. MwSt.)

pro Lektion

Mitglieder CHF 22.00
Nichtmitglieder CHF 25.00

Kursleiterin

Dodo Usteri
Paartanzlehrerin mit eidg. FA

Im Kurs bitte keine Strassenschuhe tragen.

Nutzen Sie unsere über 65-jährige Erfahrung!
Wir **informieren**, **beraten**, **bewegen** und **bewirken**.

**Möchten Sie sich gerne für einen Kurs anmelden oder noch mehr erfahren?
Dann rufen Sie uns an!**

Rheumaliga Zürich
Olivia Kaufmann und Sabrina Heyder
Badenerstrasse 585
8048 Zürich
Telefon 044 405 45 55
kurse.zh@rheumaliga.ch
www.rheumaliga.ch/zh



Öffnungszeiten
Montag–Freitag
08.30–11.45 Uhr
13.30–16.30 Uhr
nach Vereinbarung auch
ausserhalb der Öffnungszeiten