



Singen in der Gruppe

Stärkung und Entspannung für
Körper und Geist

Sie möchten singen und brauchen fachliche Anleitung? Singen macht nicht nur Spass, sondern steigert auch das Wohlbefinden und fördert die Gesundheit. Aktuelle Studien belegen: Singen stärkt die Abwehrkräfte, bringt das Herz-Kreislauf-System in Schwung und hält das Gedächtnis fit. Die Freude am Singen steht im Zentrum. Sie lernen von einer erfahrenen Atem- und Gesangspädagogin, Atmung und Haltung korrekt einzusetzen. Probieren Sie es aus und singen Sie mit!

Der Einstieg ist jederzeit ohne Vorkenntnisse möglich.

Kursort

Geschäftsstelle Rheumaliga ZZA
3. OG

Doppellektion à 90 Minuten

Dienstag 17.00 – 18.30 Uhr
Donnerstag* 17.00 – 18.30 Uhr

* Kurs alle 14 Tage

Kurskosten pro Doppellektion (exkl. MwSt.)

CHF 29

Kursleitung

Ursula Meier, dipl. Atem- und Gesangspädagogin

Sie möchten mehr erfahren?

Rheumaliga Zürich,

Zug und Aargau

Badenerstrasse 585
8048 Zürich

044 405 45 55

kurse@rheumaliga-zza.ch

rheumaliga.ch/zza

Öffnungszeiten

Montag – Freitag 09.00 – 12.00 Uhr
14.00 – 16.30 Uhr

Nach Vereinbarung auch
ausserhalb der Öffnungszeiten



4,25/kw