



Singen – Powerfood für Körper, Geist und Seele

Sie singen gerne und in einer Gruppe bereitet es Ihnen noch mehr Freude? Sie wollten schon lange wieder einmal singen doch die Gelegenheit fehlt? Sie möchten singen und brauchen fachliche Anleitung? Wenn hier etwas zutrifft, dann ist dieser Gesangkurs genau das Richtige für Sie! Singen macht nicht nur Spass, sondern steigert auch das Wohlbefinden und fördert die Gesundheit. Was 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. Dass Atmung und Haltung stimmen, dafür sorgt eine erfahrene und engagierte Atem- und Gesangspädagogin. Probieren Sie es aus und singen Sie mit!

Vorkenntnisse sind keine erforderlich und der Einstieg ist jederzeit möglich.



In Zürich

Geschäftsstelle Rheumaliga Zürich
Pfarramt Heilig Kreuz (alle 14 Tage)

Doppellektion à 90 Minuten

Dienstag 17.45–19.15 Uhr
Donnerstag 17.00–18.30 Uhr

Kurskosten pro Doppellektion (exkl. MwSt.)

Mitglieder	CHF 25.00
Nichtmitglieder	CHF 29.00

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

Möchten Sie mehr erfahren? Dann rufen Sie uns an. Wir sind für Sie da!

Rheumaliga Zürich
Nicole Anderhub
Badenerstrasse 585
8048 Zürich
Telefon +41 44 405 45 54
nicole.anderhub@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