

Groove & Move

Orientalischer Tanz 60+



Finest Bodywork

Raum für Tanz- und Bewegungsvielfalt

Tanz dich glücklich!

Tanzen grenzt kein Alter und keine Figur aus.

Tanzen ist eine der lustvollsten Möglichkeiten, etwas für die eigene Gesundheit zu tun.

Tanz dich gesund!

Durch Tanz erhalten wir unsere Beweglichkeit, Koordinations- und Reaktionsfähigkeit. Festigen unsere Trittsicherheit und trainieren unseren Gleichgewichtssinn.

Tanzend Freude und Anmut erhalten und entwickeln.

Stärke wahrnehmen, sich beweglich und lebendig fühlen

Dienstag 10h30 - 11h30

Raum für Tanz- und Bewegungsvielfalt, Obergrundstrasse 44, Luzern

Malica Ramid

Tänzerin / Tanzlehrerin

Pilates Trainerin / NIM® Mastertrainerin

Physiopädagogin

Dipl. Spiraldynamik® Fachkraft Intermediate

www.finestbodywork.ch