

Gemeinschaftszentrum Oerlikon, Gubelstrasse 10

Ein Workshop für Männer und Frauen.

Dienstagabend 23. April 2024
17.30 bis 19.30 Uhr, bzw. 20.30 Uhr

17.30 bis 19.30 Uhr: Wir widmen uns unseren Füßen. Versuchen die Drehrichtungen und Achsen zu verstehen. Wir üben Bewegungen nach spiraldynamischen Erkenntnissen und nehmen Hilfsmittel dazu wie Therabänder, Bälle....

Fakultativ: 19.30 bis 20.30 Uhr: gegenseitige Hilfestellung beim Üben.

Kosten: Fr. 30.-, in bar oder Twint. Die Kulturlegi gewährt dir 50% Rabatt.

Anmeldung: bis sieben Tage vorher an Erika, 079 470 61 49 (sms) oder tangogender@gmail.com

Kursleitung: Erika Isler Rüetschi, über zwanzig Jahre im Thema „Tango Argentino“, Dipl. Spiraldynamik Fachkraft Intermediate, soziokulturelle Animatorin, Sportleiterin ESA.

www.tango50plus.ch

Bewegliche Füße für das Tanzen und Gehen

Mehr Schwung und Entspannung
in den Füßen. Workshop
Dienstagabend 23. April, 2024

Oh, es tut
so gut!



Auskunft und Anmeldung: tangogender@gmail.com, Natel 079 470 61 49