



Gruppenangebot: Freies Tanzen

Liebe Tanzbegeisterte,

habt Ihr Lust, Euch frei zur Musik zu bewegen, Eure eigenen Themen tänzerisch auszudrücken und dabei die Freude an der Bewegung zu haben? Dann seid Ihr herzlich eingeladen zu unserem neuen Gruppenangebot "Freies Tanzen"!

Was erwartet Euch?

- **Aufwärmen:** Gemeinsam starten wir mit einem angenehmen Aufwärmprogramm, um unseren Körper auf die bevorstehende Tanzsession vorzubereiten.
- **Eigene Themen vertanzen:** Ihr habt die Möglichkeit, Eure eigenen Themen und Gefühle durch Tanz auszudrücken und Eurer Kreativität freien Lauf zu lassen.
- **Freude an der Bewegung:** Der Fokus liegt auf dem Spaß an der Bewegung und dem freien, ungezwungenen Tanzen.

Was solltet Ihr mitbringen?

- Bequeme Kleidung, in der Ihr Euch gut bewegen könnt
- Turnschuhe, Tanzschlappchen oder Rutschsocken
- Etwas zum Trinken, um Euch während der Tanzpausen zu erfrischen

TREFFPUNKT: **12:45 Uhr in der Begegnungsstätte**

Kursleitung: Sabine Pohlandt



COMPASS

Wo?

Grindelberg 15a
20144 Hamburg
040-41262181

Wann?

mittwochs
13:30 – 14:30

16.10.2024
23.10.2024
30.10.2024
06.11.2024