

Darf ich bitten?

Fit und gesund durch Tanz und Bewegung

Vortrag am 26. Oktober 2023
15.30 bis 17.30 Uhr

Historisches Rathaus
Konrad-Adenauer-Platz 1
51465 Bergisch Gladbach



Seniorenbüro
Bergisch Gladbach

Darf ich bitten?

Fit und gesund durch Tanz und Bewegung

Vortrag am 26. Oktober 2023
15.30 bis 17.30 Uhr

Historisches Rathaus
Konrad-Adenauer-Platz 1
51465 Bergisch Gladbach



Seniorenbüro
Bergisch Gladbach

Darf ich bitten ... Tanz mit mir!

Für die Einen ist tanzen der direkte Weg in den „Siebenten Himmel der Liebe“ – für die Anderen scheint die Vorstellung zu tanzen, der „Highway to Hell“ zu sein.

Neben dem persönlichen Empfinden, gibt es in jedem Fall zahlreiche sehr gute Gründe, sich mit dem Thema zu beschäftigen. In diesem Vortrag werden wir uns anschauen, welche gesundheitsfördernden Aspekte das Tanzen zu bieten hat und gehen der Frage „Gibt es den Rhythmus, bei dem jeder mitmuss?“ nach.

Weitere Informationen unter:

Lisa Klemt

Telefon: (02202) 14 24 67

E-Mail: seniorenbuero@stadt-gl.de

Kerstin Klann

Telefon: (02202) 14 15 46

E-Mail: seniorenbuero@stadt-gl.de

Hinweis:

Ein barrierefreier Zugang befindet sich hinter dem Rathaus.

Darf ich bitten ... Tanz mit mir!

Für die Einen ist tanzen der direkte Weg in den „Siebenten Himmel der Liebe“ – für die Anderen scheint die Vorstellung zu tanzen, der „Highway to Hell“ zu sein.

Neben dem persönlichen Empfinden, gibt es in jedem Fall zahlreiche sehr gute Gründe, sich mit dem Thema zu beschäftigen. In diesem Vortrag werden wir uns anschauen, welche gesundheitsfördernden Aspekte das Tanzen zu bieten hat und gehen der Frage „Gibt es den Rhythmus, bei dem jeder mitmuss?“ nach.

Weitere Informationen unter:

Lisa Klemt

Telefon: (02202) 14 24 67

E-Mail: seniorenbuero@stadt-gl.de

Kerstin Klann

Telefon: (02202) 14 15 46

E-Mail: seniorenbuero@stadt-gl.de

Hinweis:

Ein barrierefreier Zugang befindet sich hinter dem Rathaus.



Seniorenbüro
Bergisch Gladbach



Regionalbüros
Alter, Pflege und Demenz

Eine gemeinsame Initiative zur Strukturentwicklung der
Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW

REGIONALBÜRO BERGISCHES LAND



Seniorenbüro
Bergisch Gladbach



Regionalbüros
Alter, Pflege und Demenz

Eine gemeinsame Initiative zur Strukturentwicklung der
Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW

REGIONALBÜRO BERGISCHES LAND