



gZ  
in der  
au



# DANCE

## Tanzend durchs Leben gehen

Der Tanz gehört zum Menschen wie das Atmen.

Beim Tanzen vergessen wir den Alltag. Es lohnt sich, immer wieder in die Welt des Tanzes, in die Welt des Rhythmus und der Musik einzutauchen. Tanzt der Körper, kann sich die Seele ausdehnen. Tanzen macht glücklich!

Die Kursleiterin liebt die Vielseitigkeit. Deshalb finden wir in dieser Stunde sowohl klassische, stabilisierende Elemente mit der Beinarbeit, Körperhaltung und Drehungen, wie auch viele Latein-Amerikanische Elemente, die mehr Geschmeidigkeit in der Hüfte und im Rumpf fördern.

**Diese Stunde ist für Menschen ab 50 geeignet. Natürlich sind auch Jüngere herzlich willkommen**

**Datum/Zeit** Mittwoch, 19. August bis 9. Dezember 2026, 9.15 bis 10.15 Uhr (14x)

**Ausfälle** 7./14. und 28. Oktober 2026

**Kursort** GZ In der Au

**Kursleitung** Stephanie Bär, Sportlehrerin ETH mit Turniertanzerfahrung

**Kurskosten** CHF 350.00

**Anmeldung** GZ In der Au

In der Au 1, 8604 Volketswil, Tel. 044 910 20 70,  
gemzen@volketswil.ch, [www.volketswil.ch/kursprogramm](http://www.volketswil.ch/kursprogramm)

**VOLKETSWIL**

DAS SIND WIR