

Harmonische Bewegung, gute Körperhaltung, Atemtechnik

GRIECHISCHE TÄNZE

sind die schönste und natürlichste Gymnastik

Frau und Mann jeden Alters ist es möglich, in unserem Kreis mitzutanzten. Die Festland- und Inseltänze, u.a. auch „Syrtaki“, sind nicht schwierig.

Indem wir uns dem Rhythmus und der Musik hingeben, befreien wir Körper und Seele. In der gelösten, fliessenden Bewegung finden wir Harmonie. Der griechische Tanz stärkt, schont die Gelenke, richtet uns auf.

Griechische Musik schenkt Lebensfreude, wenn nötig auch Trost. So kann die Tanzlektion zum schönsten Augenblick der Woche werden.

Komm und schnuppere, beginne zu tanzen!

Laufender Einstieg und einzelne Lektionen sind möglich.

Wo: **Gymnastik/Musikraum TURNHALLE SPIEGEL b/Bern**

Wann: **Mittwoch 19.00 – 20.30**

und/oder

Freitag 17.00 – 18.30

Leitung: Antonia Maria E. von Gunten

Bergstr. 2 3095 Spiegel BE

Tel. 031-971 64 35

Mail: eamvongunten@bluewin.ch

Pro Mal und Person Fr. 20.--/Paar Fr. 30.--