

## Warum es nie zu spät ist mit dem Tanzen anzufangen!

- Tanzen hält fit und gesund  
Tanzen ist nicht nur eine künstlerische Ausdrucksform, sondern auch eine körperliche Aktivität. Beim Tanzen werden verschiedene Muskelgruppen beansprucht, die Beweglichkeit verbessert und die Ausdauer gesteigert. Tanzen ist somit eine unterhaltsame Möglichkeit, fit und gesund zu bleiben.  
Eine weitere positive Auswirkung des Tanzens auf die Gesundheit ist die Verbesserung der Balance und Koordination. Dies kann im Alltag helfen, Stürze zu vermeiden und die Körperhaltung zu verbessern. Tanzen ist also nicht nur gut für den Körper, sondern auch für den Geist.
- Tanzen als kreative Auszeit  
Der Alltag kann manchmal stressig und monoton sein. Tanzen bietet die Möglichkeit, dem Alltag für eine Weile zu entfliehen und sich kreativ auszudrücken. Beim Tanzen kann man seine Sorgen vergessen und im Rhythmus der Musik aufgehen.

„Tanz ist eine Kunst, die die Seele prägt.

Sie ist mit Dir in jedem Moment.

Sie drückt sich aus in allem, was Du tust.“

(Shirley MacLaine)

*Silver Ager-*  
*in Bewegung bleiben*

*Mit Volkstänzen*

**Immer freitags  
von 18.30 – 19.30 Uhr**

**Probestunde: 26. April 2024  
18.30 – 19.30 Uhr**

### **Anschrift:**

Ballettfachschule Ronecker  
Cannstatter Str. 103    Telefon 0711/57 33 30  
70734 Fellbach

mail@ballettfachschule.de  
[www.ballettfachschule.de](http://www.ballettfachschule.de)

- **Fazit**  
Tanzen kennt kein Alter und bietet zahlreiche Vorteile für Körper und Geist. Also, ziehen Sie Ihre Tanzschuhe an, lassen Sie sich von der Musik mitreißen und entdecken Sie die Freude am Tanzen. Es ist nie zu spät, den ersten Schritt auf die Tanzfläche zu machen.

## Herzliche Einladung an

### Silver Ager – in Bewegung bleiben mit Volkstänzen

Wir laden Sie ein Volkstänze aus verschiedenen Teilen der Welt zu erlernen. Volkstänze sind sehr beliebt und ein Teil der kulturellen Identität einer Nation.

Ein Volkstanz enthält in seiner Zusammensetzung, wie das Tempo und die Tanzschritte, unverwechselbare und charakteristische Elemente einer nationalen, subnationalen oder ethnischen Gruppe.

Nach kurzer Zeit werden Sie bereits ein verbessertes Bewusstsein für Ihre Körperhaltung erlangen und das eigene Selbstwertgefühl steigern.

Ganz abgesehen davon, wo ist es sonst so leicht, mit anderen in Kontakt zu kommen?

## Unterrichtstag

**Freitag**  
(außer in den Ferien)

**Immer**  
**18.30 – 19.30 Uhr**

## Bitte beachten Sie

Der Unterricht findet als Blockunterricht statt. Ein Block beginnt nach Ferien und endet zum Beginn der nächsten Ferien.

Eine Stunde Unterricht kostet 15,00 Euro. Der Gesamtbetrag für den ganzen Block orientiert sich an der Dauer. Sie erhalten immer einen Blockunterrichtsvertrag.

Der Gesamtbetrag für den jeweiligen U-Blocks ist fällig spätestens am 1. Unterrichtstag eines U-Blocks.

Anmeldung zur kostenfreien  
Probestunde am **26.04.2024**  
Von **18.30 – 19.30 Uhr**

Ballettfachschule Ronecker  
Cannstatter Str. 103  
70734 Feilbach

Telefon 0711/ 57 33 30  
mail@ballettfachschule.de

### Bitte ausfüllen:

Name, Vorname

\_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ geb.am: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

## Zahlung

Bitte ankreuzen:

\_\_\_\_\_ durch Einzugsermächtigung

\_\_\_\_\_ (Sepa-Basis-Lastschrift)

\_\_\_\_\_ oder

\_\_\_\_\_ Barzahlung: