

Schwarztorstrasse 20  
3007 Bern

+41 31 302 09 05

info@vhsplus.ch  
www.vhsplus.ch

## **Kurs 098/10**

### **Tanz und Bewegung II**

Zu rassisger Musik tanzen und turnen Sie und lernen dabei verschiedene Rhythmen kennen. Mit gezielten Gymnastikübungen können Sie den Rücken besser wahrnehmen und beweglicher machen.

<b>Leitung</b>	Ursula Cantwell (Tel. 034 402 31 13)
<b>Dauer</b>	jeweils Mittwoch, 15.25-16.55 Uhr 10-mal, 12./19./26. Januar, 2./9./23. Februar, 3./16./23./30. März 2011
<b>Ort</b>	Langnau Dorfzentrum, Dorfstrasse 5, 3550 Langnau i.E.
<b>Kosten</b>	CHF 120.-- Kleingruppenzuschlag bei 7 Personen: CHF 17.-- pro Person
<b>Mitbringen</b>	Turnkleider
<b>Voraussetzungen</b>	auch für Menschen mit schweren Beeinträchtigungen geeignet
<b>Durchführung</b>	8 - 10 Teilnehmende
<b>Anmeldefrist</b>	20. Dezember 2010