



## *Erlebnis: **Tanzen**60+*

Viele, die 60 Jahre oder älter sind, wünschen sich mehr Bewegung ohne Leistungsdruck aber mit viel Spaß in einer Gruppe Gleichgesinnter.

Der Postsportverein Uelzen bietet im Herbst 2018 genau ein solches Angebot. Jeden Dienstag gibt es Variationen von Tänzen und Tanzspielen für Jedermann, egal ob Singles oder Paar. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, ein bisschen Taktgefühl reicht aus.

Die Übungsleiterin für Erlebnis- und Seniorentanz, Angela Branczyk, zeigt wie es geht, dann werden die Schritte gemeinsam geübt und schnell tanzen alle zur Musik. Ziel ist nicht das sportliche Paartanzen oder Linedance zu erlernen, sondern die Freude an der Musik und diese in Bewegung umzusetzen. Jeder tanzt mit jedem z.B. bei Kreis-, Reihen- oder Contratänzen, teilweise mit festen Partner(n) oder Partnerwechseln, aber auch Sommer- oder Partytänze (wie z.B. „Macarena“) sind dabei. Die Musik reicht vom alten Schlager, über internationaler Folklore bis zu aktuellen Chat-Hits.

Neben dem gemeinsamen Spaß wird so ganz nebenbei die Beweglichkeit gefördert die Fitness erhöht und die Koordinations- und Reaktionsfähigkeit verbessert.

Der Kurs findet jeden Dienstag um 18.15 Uhr im Vereinsheim des Postsportverein Uelzen am Kuhteichweg 2 statt. Er dauert jeweils eine Stunde und ist über 10 Abende konzipiert, danach wird zusammen mit den Teilnehmern entschieden wie es weitergeht.

Die Kursgebühr beträgt 25.- € pro Person, eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich. Für PSV-Mitglieder ist die Gebühr auf 15 €.- ermäßigt.

Auskünfte und Anmeldung beim Spartenleiter unter 0581 42706 oder per Mail: [juergen.koechlin@t-online.de](mailto:juergen.koechlin@t-online.de) oder jeden Dienstag persönlich bei der Übungsleiterin.