



Stiftung
zusammen.tun.



TANZEN IM SITZEN

FÜR
SENIOR*INNEN

21. MAI 2025
15:00-16:00 UHR

TREFF LERCHENAU

TERMINE:

20.08 | 03.09 | 17.09 | 01.10

Gymnastik im Sitzen für
Senioren und Seniorinnen

mit Monika Keilberth



TREFF LERCHENAU

Joseph-Seifried-Straße 8
80995 München

Anmeldung:

Tel.: 0173-67667-08 ; E-Mail: omeltschenko@stiftung-zusammentun.de

Tanzen im Sitzen fördert
das allgemeine **Wohlbefinden**,
trainiert die **Koordination** und das
Gedächtnis und lässt Gemeinschaft
erleben.

Dabei steht die Freude an der
Bewegung zu abwechslungsreichen
Choreographien und Melodien im
Vordergrund.

Jeder kann mitmachen.