



TANZEN FÜR FRAUEN - MITTEN IM LEBEN - MIT TANZ DEIN HERZ ÖFFNEN

Ein Tanzkreis für Frauen jeden Alters – und besonders für jene, die mit den Jahren gewachsen sind und die Schönheit und Kraft des Älterwerdens entdecken möchten.

4. Mai (zum Kennenlernen), **1. Juni, 6. Juli, 7. September, 12. Oktober, 9. November 2026**
jeweils 17:30–19:00 Uhr

BEGEGNUNGS- UND BERATUNGSZENTRUM „HAUS SARTERSTIFT“
MEHRGENERATIONENHAUS MEININGEN
ALTE HENNEBERGER STR. 2, 98617 MEININGEN

TEILNAHMEGEBÜHR: 4. MAI: 17 € * DANACH 5 ABENDE: 80 €

Du hast Lust, dich zu Musik frei zu bewegen, abzuschalten und neue Energie zu tanken? In diesem Frauenkreis tanzen wir spielerisch zu Musik aus verschiedenen Kulturen. Ohne Vorkenntnisse, ohne Leistungsdruck – einfach so, wie es dir guttut. Nimm dir **Zeit für dich**, spüre deinen Körper, lass den Alltag los und entdecke deine eigene Art zu tanzen. Gemeinsam erleben wir Freude, Leichtigkeit und Entspannung. Zum Abschluss gibt es Zeit zum Ankommen, Austausch oder einfach zum Nachspüren.

Wir tanzen barfuß, in Socken oder leichten Schläppchen.



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander
Meiningen

KURSLEITUNG, INFOS & ANMELDUNG: REGINA ALLGAIER * TANZTHERAPEUTIN & REIKI * TEL. 03694
4522473 * WWW.HERZ-TANZ.DE * REGINA.ALLGAIER@HERZ-TANZ.DE * ICH FREU MICH AUF DICH!