

Fortbildung

A 8 Sitztanz, Kreistanz, Gymnastik Musik erleben und gestalten

Musik und Rhythmus regen zur Bewegung an und lassen unsere Teilnehmenden die Anstrengungen leicht vergessen. Koordinative Bewegungsformen werden trainiert, die Gehirntätigkeit wird aktiviert. In dieser Fortbildung werden praktische Beispiele vorgestellt und auch gemeinsam entwickelt. Sie benötigen keine Tanzausbildung, sondern nur die Motivation, Bewegung nach Musik in Ihre Stunde einzuflechten, sei es gymnastisch oder tänzerisch!

Inhalte:

- Leichte Tänze im Sitzen und in der Fortbewegung
 - Bewegungsformen zur Musik mit und ohne Kleingeräte
 - Koordinative Übungen
 - Umgang mit Tanzbeschreibungen
 - Erarbeitung eigener Choreografien
-

Zielgruppe

ÜbungsleiterInnen Seniorengymnastik oder -tanz sowie in der Seniorenarbeit und Pflege Tätige

Termin:

05.09.2024 (Donnerstag)

Ort

Hamburg

Dauer

9.30 - 16.00 Uhr

Preis

120,- Euro

Kursleitung

Heidi Krieger, Sportlehrerin und Diplompädagogin

Weitere Informationen

Swantje Fuchs / Birgit Haß
Tel.: 040-44 13 67