

Tanzkurse beim SC Schwarzenbach



Seit 1999 bietet der SC Schwarzenbach mit viel Erfolg Tanzkurse an. Mehrere Hundert Tanzschüler haben in dieser Zeit in den unterschiedlichsten Kursen mit viel Spaß die verschiedensten Tänze mit vielen interessanten Folgen und Figuren erlernt. Die Kurse finden stets im neu renovierten Saal des SC Sportheims statt. Unterstützt wird der SC Schwarzenbach von Tanzlehrer Jörg Theisen, Inhaber der mobilen Tanzschule „Dance-Mobil“, der bereits seit vielen Jahren die Tanzkurse leitet. In lockerer Atmosphäre und mit viel Spaß erlernen die Schüler unter fachkundiger Anleitung immer die neuesten Schritte und die aktuellsten Tänze. Das Spektrum reicht von Allroundkursen über Spezialkurse wie Discofox, Salsa, Tango Argentino uvm. bis zu Tanzkreisen, für alle die das Tanzen gerne als Hobby und gesellige Freizeitbeschäftigung ausüben wollen.

Natürlich bietet der SC Schwarzenbach auch Kurse für die Kleinsten an. Von Streetdancekursen, in denen die Kinder

das Tanzen wie ihre Stars im Fernsehen lernen, bis hin zu richtigen Tanzkursen, in denen die Tänze wie Blues, Discofox, Rock'n'Roll usw. unterrichtet werden.

Ab Samstag den 2. April 2005 und ab dem 30. April 2005 finden wieder die neuen Kurse des SC Schwarzenbach statt.

Infos gibt's bei Elke und Bernhard Forster unter Tel. 09644/680 368. Oder unter www.dance-mobil.de.

Ganz einfach telefonisch zu den nebenstehenden Terminen anmelden und mit uns in den Sommer tanzen. Natürlich können Sie auch gerne einfach vorbeikommen und in die Kurse einsteigen.

Tanzen macht nicht nur fit, sondern auch glücklich. Während der Muskelbeanspruchung zu Musik wird das Glückshormon Endorphin im Gehirn ausgeschüttet. Stress wird abgebaut und das Körpergefühl gestärkt. Tanzen ist für jeden etwas. Es macht den Körper schlank und beweglich.

Schon nach kurzer Zeit verbessert sich das Körpergefühl. Das wiederum wirkt sich positiv auf die Ausstrahlung aus. Wer tanzt, kann sich fallen lassen, fühlt sich sinnlicher, ist geschickter und gelenkiger. Die Konzentration auf die Choreografie befreit den Kopf. Durch die verstärkte Durchblutung beider Gehirnhälften wird die Kreativität gefördert. Eine Auszeit unter Gleichgesinnten, bei der sich Kraft und Lebensfreude tanken lassen und die Freude und Überraschung im Umgang mit dem eigenen Körper aktiviert werden. Balance und Feinmotorik werden geschult und die Muskeln gestrafft. Tanzen bedeutet also Schwitzen mit Spaß.