



MORGEN SMOVE

Tanzen für alle

Mittwoch 9:00-10:10 Uhr

Ballett-Tanz-Institut Franziska Frei, Lavaterstr. 44, 8002 ZH

Eine Stunde lang ohne Unterbruch smoven (=smooth moven) –. Den Körper kneten und auswallen, strecken und rollen, schweben und stossen bis auch die Knochen tanzen. Ein lustvolles Tanzerlebnis, bei dem Kreativität, Kraft und Ausdauer trainiert werden. Den Körper zum Smoothy tanzen und beflügelt in den Alltag gehen!

Leitung und Information: Tina Mantel, mantelzwahlen@vtxmail.ch

Schnupperlektion: Fr. 30.-, im Abo Fr. 23.-

