

## Warsztaty taneczne

Zajęcia taneczne.

Dlaczego warto tańczyć?

Warto tańczyć z wielu powodów.

Po pierwsze, jest to muzyka, ruch, który powoduje że nasz umysł wypoczywa, relaksuje się...

Jest to radość i zabawa.

Cały czas nasza kondycja fizyczna się podnosi, ćwiczymy przy tym pamięć, ponieważ powtarzamy układy choreograficzne, uczymy się kroków, więc ta pamięć z lekcji na lekcję nam się polepsza.

Kochani

Mówimy NIE dla siedzenia w domu!

NIE dla bezruchu!

Tańczymy





Zadanie jest współfinansowane ze środków Ministerstwa Rodziny Pracy i Polityki Społecznej w ramach Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2021 – 2025. Edycja 2024. Moduł II – Zapewnienie funkcjonowania placówki „Senior+”