

# TANZEN MIT PARKINSON



## Warum Tanzen bei Parkinson?

- Fördert die Mobilität und Balance
- Stärkt Muskeln und Koordination
- Verbessert die Lebensqualität und das Wohlbefinden
- Tanz in der Gruppe schafft ein starkes Gemeinschaftsgefühl

## Wann und Wo?

Dienstags 15:00 – 16:15 Uhr

TV Leer v. 1860 e.V.  
Jahnsaal (1. OG)  
Turnerweg 13  
26789 Leer



## Anmeldung und Kontakt:

Leitung: Vanessa Sosna  
Leiterin für therapeutischen  
Tanz (DGT)

Tel.: 0151 28769846

Webseite: [www.tvleer.de](http://www.tvleer.de)

Bewegung

Lebensfreude

Gemeinschaft



„TANZEN IST BEWEGUNG,  
UND BEWEGUNG IST LEBEN.“



### **Bewegung, Lebensfreude und Gemeinschaft**

Möchten Sie in Bewegung bleiben und  
dabei Freude am Tanzen entdecken?

Unser Tanz- und Bewegungsprogramm  
bietet eine sichere und inspirierende  
Umgebung, um Körper und Geist zu  
aktivieren.

Melodische und rhythmische Musik, die  
eigene Vorstellungskraft und leichte  
Schrittfolgen, laden zu neuen  
Bewegungsqualitäten im Tanz ein.



### **Wer kann teilnehmen?**

Unser Kurs richtet sich an Menschen mit  
Parkinson, unabhängig von Vorerfahrungen.

Voraussetzung: als Fußgänger mobil.

### **Hinweis:**

Bitte bequeme Kleidung und Sportschuhe  
mitbringen.

Der Saal ist nur über eine Treppe zu  
erreichen.