

# **Tanz dich fit! Bewegung nach Musik**

## **Seminar für Menschen mit geistiger Behinderung**

Mo, 11.02.2019 — Mi, 13.02.2019

Durch Musik, Tanz und Rhythmus wird die kreative Seite des Gehirns angesprochen und beide Gehirnhälften werden beansprucht.

Einfache Bewegungen der Finger, Hände, Arme und Füße lockern und kräftigen zugleich und fördern die Koordination. Bei einfachen "Mitmach Tänzen" werden Erfolgserlebnisse schnell und ohne langes Üben erlebt.

Außerdem wollen wir Rhythmusinstrumente selbst herstellen und ausprobieren, lernen Übungen mit verschiedenen Handgeräten kennen und wollen Spaß und Freude beim gemeinsamen Trommeln erleben.

### **VA-Nummer**

9540

### **Kosten**

105,- EUR (Das Seminar wird gefördert von Aktion Mensch.)

### **Dauer**

Mo, 13:00 Uhr – Mi, 14:30 Uhr

### **Dozent\*innen**

[Ulrika Dieckmann](#) [Meike Dierßen](#),  
Pädagogische Leitung: Monika Henne

[Teilnahme anmelden](#)