

# Musik und Bewegung

**Ort:** Im Spilhöfler 8, im Mehrzweckraum, 8142 Uitikon

**Zeit:** Am Donnerstagmorgen, ab dem 4. April 2024

**Gruppe:** 10 bis 10:55 Uhr



## **Vielseitig und selbstsicher ins Alter.**

Musik und Bewegung für Ihr optimales Gleichgewicht.

Sturzrisiko reduzieren, Gedächtnis stärken, sowie gemeinsam Spass haben.

## **Zu improvisierter Musik am Flügel mit Sandra Busin, dipl. Klavierpädagogin Bewegen Sie sich unter der Leitung von Susi Furter, dipl. Physiotherapeutin**

Die Kurse finden in einer Kleingruppe von 6 bis 8 Personen statt und ist für Frauen und Männer in jedem Alter geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

## **Daten im Frühling bis in den Sommer 2024**

4. April / 11. April

1 Monat Pause

16. Mai / 23. Mai / 30. Mai

6. Juni / 13. Juni / 20. Juni / 27. Juni

4. Juli / 11. Juli

Sommerpause

**Teilnahmekosten:** total CHF 275.– oder pro Lektion CHF 25.–

Kontakt und Anmeldung: Susi Furter: 043 311 66 19, [sfurter@sunrise.ch](mailto:sfurter@sunrise.ch)