

Musik und Bewegung

Ort: Im Spilhöflier 8, im Mehrzweckraum, 8142 Uitikon

Zeit: Am **Donnerstagsmorgen**, ab dem 2. März 2023

1. Gruppe: 9 bis 9:50 Uhr, 2. Gruppe: **10 bis 10:50 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 nach den Sportferien:

2. März / 16. März / 23. März / 30. März

13. April / **20. April** / **Frühlingsferienpause** / **11. Mai** / **25. Mai**

9. März, 6. April und 18. Mai fallen aus!!!

Daten ab Juni 2023

1. Juni / 8. Juni / 22. Juni / 29. Juni / 6. Juli / 13. Juli / **Sommerferienpause**

15. Juni fällt aus!

Teilnahmekosten: Pro Lektion CHF 25.– oder total 150.– (6 Lektionen)

Kontakt und Anmeldung: Susi Furter: 043 311 66 19, sfurter@sunrise.ch
077 432 76 55