

Mini-Projekt címe:
Senior örömtánc

Mit csinálunk ebben a projektben?

A senior örömtánc az idősödő ember számára örömforrás és mozgás is egyben.

Célzottan az idősebb korosztály számára dolgozták ki ezt a speciális formát, hiszen közülük nagyon sokan szeretnek táncolni, de a hagyományos páros táncokhoz gyakran hiányzik a társ.

Kíméletes sporttevékenység és egyben „agytorna” is, ami figyelembe veszi az idősödő szervezet változásait. Nincsenek benne akrobatikus elemek, hirtelen forgások, pörgések, akár széken ülve is gyakorolható.



Helyszín:

Sopron, Lövő

Projektpartner:

Soproni Evangélikus Egyházközség

Mini-Projekt célja:

- az időskori aktivitás megőrzése
- olyan élmódot kínál, mellyel megvalósítható a rendszeres mozgás

Amit eddig elértünk:

- résztvevők növekvő száma
- jó közösség
- ez az új mozgásforma Sopron után Lövön is megvalósult

-

További kérdések esetén szívesen állunk rendelkezésükre!

Soproni Evangélikus Egyházközség

interreg.sopron@gmail.com