



Weitere Infos und Anmeldung

Tanz-Fit

Bewegung macht Freude – besonders, wenn Musik im Spiel ist! In „Tanz-Fit“ verbinden wir einfache Tanz- und Fitnessschritte zu kleinen, schwungvollen Choreografien. So trainieren wir nicht nur unseren Körper, sondern halten auch das Gedächtnis auf Trab. Die abwechslungsreichen Bewegungsfolgen fördern Koordination, Gleichgewicht und Konzentration – ganz ohne Leistungsdruck, aber mit viel Freude an der Bewegung.

- Angebot:** 26-2-86071-462
- Termine:** 08.09.2026 - 15.12.2026
12 x Di 16:00 - 17:00
- Ausfalltage:** 29.09.2026, 06.10.2026, 08.12.2026
- Leitung:** Nina Koopmann
- Ort:** Bewegung4you Nina Koopmann, Gallusstrasse 4, 6010 Kriens
- Kosten:** CHF 252.00
- Hinweise:** Es ist eine Garderobe aber keine Dusche vorhanden.
Es stehen keine reservierten Parkplätze zur Verfügung.
Anreise mit dem ÖV: VBL-Bus Nr. 1 bis Haltestelle Zentrum Pilatus.
Das Parkhaus Hofmatt (Horwerstrasse 13) und kostenpflichtige Parkplätze befinden sich in der näheren Umgebung.



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.