

## Tanzende Nanas



### TANZIMPROVISATION

für übergewichtige Frauen

Musik und Bewegung wirken motivierend. Tanzend kann das Übergewicht vergessen werden und das Gewicht wird, genauso wie der Raum, der Rhythmus und die Mit-Tänzerinnen, zum Bestandteil des Tanzens.

Durch Tanzen lernen Frauen, sich anders wahrzunehmen und eine liebevollere Haltung zu sich selbst einzunehmen.

Der Spaß und der kreative, nicht wertende Prozess stehen im Vordergrund. Ganz von selbst geschieht durch das Tanzen eine Aktivierung des Stoffwechsels und damit eine Förderung der Fettverbrennung.

Ergebnis: **Selbstbewusst abnehmen.**

Sie brauchen Neugier, sich auf die Angebote einzulassen.

Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Gerne führe ich ein persönliches Vorgespräch, um Fragen zu klären.

### LEITUNG

Dr. Susanne Rauth  
(Leiterin für Therapeutischen Tanz DGT,  
Sporttherapeutin DVGS, MOBILIS Trainerin)

### ORT

Kunsthau Rhenania  
Angie Hiesl Production  
Bayenstr. 28  
50678 Köln

### TERMIN

mittwochs 14-tägig, 19 - 20, Uhr  
Start: 10. September 2008

### PREIS

9,- resp. 5,- (für Fehlstunden)  
monatlich zahlbar zum Monatsende  
(1. Abend Schnupperstunde 5,- Euro)

### INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Dr. Sportwiss. Susanne Rauth  
Tel.: 0221 990 18 22  
eMail: s.rauth@sensoki.de  
web: www.sensoki.de