



<https://blz.li/52qq>

AUSDRUCKSTANZ IM FRAUEN- UND MÜTTERZENTRUM: MIT BEWEGUNG ZU NEUER KRAFT

Veröffentlicht am 31.03.2025 um 17:03 von Redaktion AltkreisBlitz

Ab dem 24. April 2025 lädt das Frauen- und Mütterzentrum in Burgdorf alle interessierten Frauen ab 50 Jahren zu einem besonderen Kursangebot ein: Unter dem Motto "Auch Großmütter wollen tanzen" findet an sechs aufeinanderfolgenden Donnerstagen jeweils von 18.30 bis 19.30 Uhr ein Ausdruckstanzkurs mit der Tanztherapeutin Regina Glinka statt. Der Kurs bietet eine spielerische Möglichkeit, über Musik, Bewegung, Improvisation, Atemübungen sowie Spannung und Entspannung den eigenen Körper neu zu entdecken und zu erleben. Ziel ist es, als Frau wieder in die eigene Mitte zu kommen, neue Energie zu schöpfen und mehr weibliches Bewusstsein für den Alltag zu entwickeln. Neben tänzerischer Kreativität werden auch Selbstausdruck, Kraft, Vitalität und Entspannung gefördert. Die Teilnahmegebühr beträgt 59 Euro für sechs Abende. Veranstaltungsort ist das Frauen- und Mütterzentrum, Wallgartenstraße 33–34 in Burgdorf. Anmeldungen und weitere Informationen sind per Mail an info@frauen-und-muetterzentrum.de oder telefonisch unter 05136/896979 möglich. Das Büro ist mittwochs und freitags von 9 bis 12 Uhr sowie donnerstags von 15 bis 17 Uhr erreichbar.