

## Ballroom dans



Prøv Ballroom dans  
3. gange og få smil på  
læberne

Ballroom dans er en sjov dansemotion for dig, der gerne vil komme i form mens du danser. Her behøver du ingen dansepartner og ingen dansekjole

I Ballroom dans lærer du at danse vals, tango, cha cha cha, salsa, slowfox etc. Tilsat et godt tvist af nyere danse, balance- og styrketræning. Dansen er god til at holde os i form, bevarer balancen og holde vores hjerne i gang.

Dansen foregår stående i et roligt tempo. Der er også mulighed for at side på en stol, danse lidt med og nyde den gode musik.

Starter: fredag den 25 / 11 kl. 13:00 – 14:00

Sidste gang: fredag den 9/12

Tilmelding på kontoret

Holdleder: Maria

Pris: kr. 67,50