

Musikschule

*Adligenswil –
Udligenswil*

RHYTHMIK 60+

Sturzprophylaxe
und Gehirntraining
mit Musik

Kurse 2024/25



STURZPROPHYLAXE UND GEHIRNTRAINING MIT MUSIK

Möchten Sie Ihr Gehirn trainieren und gleichzeitig die Sturzgefahr minimieren?

Studien an den Universitäten Genf und Basel zeigen auf, dass durch die Rhythmik nach Dalcroze die Gangsicherheit erhöht und die Gehirnleistung verbessert werden kann. Sie bewegen sich in der Gruppe zu live gespielter Klaviermusik. Durch die abwechslungsreichen und spielerischen Bewegungsaufgaben zur Musik wird Ihre Denkleistung und Koordination auf verschiedenen Ebenen gefördert.

WAGEN SIE ETWAS NEUES!

ERLEBEN SIE DIE HEITERE ATMOSPHERE
UND DIESE LUSTVOLLE ART SICH
ZU BEWEGEN.

DI E RHYTHMIK 60+ ERFORDERT KEINE
VORKENNTNISSE UND IST FÜR FRAUEN
UND MÄNNER GEEIGNET.

ANMELDESCHLUSS:

Kurs 1: 17. Juni 2024 / Kurs 2: 13. Januar 2025

KURSLEITUNG:

Regula Balmer Caviezel / Telefon: 041 370 88 35
Rhythmiklehrerin nach Dalcroze und Klavierlehrerin

TERMINE:

12x jeweils am Donnerstag 08.45 bis 09.35 Uhr
– Kurs 1: 22. August bis 21. November 2024
ausgenommen Schulferien (3.10./10.10.)
– Kurs 2: 6. Februar bis 22. Mai 2025
ausgenommen Schulferien (27.2./6.3. und
24.4./1.5.)

Die 1. Lektion gilt als Schnupperstunde.

SCHNUPPERSTUNDE auf telefonische Anmeldung

KURSORT:

Adligenswil, Zentrum Teufmatt, Sitzungszimmer UG

KURSGELD UND GRUPPENGROSSE:

8–12 Teilnehmer/innen: Fr. 50.– pro Kurs

ANMELDUNG

KURS 1 AB 22. AUGUST 2024

KURS 2 AB 6. FEBRUAR 2025

Name und Vorname

Strasse, Nummer

PLZ, Ort

Telefon und E-Mail

Geburtsdatum

Datum, Unterschrift

Bemerkungen

Die Anmeldung gilt für den ganzen Kurs. Die Durchführung des Kurses wird – nach Ablauf der Anmeldefrist – schriftlich bestätigt. Wird die minimale Gruppengrösse nicht erreicht, behalten wir uns vor, den Kurs abzusagen oder zu verschieben. Das Kursgeld wird nach Kursbeginn in Rechnung gestellt und ist innert 30 Tagen zahlbar. Bei Abmeldungen nach erfolgter Kursbestätigung ist das gesamte Kursgeld fällig, es sei denn, der Kursplatz kann anderweitig besetzt werden. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.