



Füsse & Tango

wie wichtig deine Füße im Tango sind

Wer kennt es nicht, dass schöne Gefühl nach einer durchtanzten Tango Nacht die High Heels von den Füßen zu streifen... Dabei lassen sich die meisten Fusssschmerzen durch das Aktivieren abgeschwächter Muskulatur oder das Finden einer guten Balance zwischen Muskeln, Bindegewebe und Knochenstruktur stark verbessern, sogar ausgleichen.

Workshop - neuer Termin auf Anfrage

Im Unterricht geht es um Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Beweglichkeit, Kraft, Stabilität, Elastizität, Flexibilität und Dynamik für ein gesundes Tanzen in High Heels.

Kosten: CHF 105.-

Trainingsgruppe

Hast du Lust auf mehr? Das Training deiner neu erworbenen Fähigkeiten und Kenntnisse kannst du in der Trainingsgruppe vertiefen.

Infos bei Karin Engeli.

Kursleitung

Karin Engeli, www.einengel.ch

Tango Argentino Tänzerin, Kursleiterin und Dipl. Spiraldynamik®
Fachkraft Level Intermediate

Kursort

Bertastrasse 17, 8003 Zürich @Sabine's Place™

FAQ

Trainiert wird in Sportkleidung, barfuss und Tangoschuhen mit High Heels.

AnfängerInnen und nicht-Tango-TänzerInnen sind willkommen!

Anmeldung

076 378 73 17 oder ein.engel@bluewin.ch