

Hawaiianischer Tanz in der Badi Tägerwilen

Samstags 25.05.2024/01.06.2024/08.06.2024 von 8.30 Uhr bis 9.30 Uhr



Hula bedeutet viel Sonne und ist der traditionelle Tanz aus Hawaii.

Im hawaiianischen Tanz werden Geschichten von der Natur oder Geschichten von Liebe erzählt.

Dieser Tanz kann von Kindesbeinen an bis ins hohe Alter getanzt werden und jede/r kann neu einsteigen.

Wer seine Beine nicht mehr gut bewegen kann, der erzählt die Geschichten mit den Händen im Sitzen.

Hula ist eine Lebensart, wer diesen Tanz regelmässig trainiert erfährt Freude aus sich heraus. Dieser Tanz öffnet das Herz, für uns selbst und unsere Mitmenschen.

Er zaubert ein Lächeln in unser Gesicht und in unser Herz und er trainiert unsere gesamte Muskulatur.

Speziell an diesem Tanz ist, dass durch die Beckenbewegungen gleichzeitig auch die Bauchorgane gut durchblutet werden

Hula ist ein ausgezeichnetes Training für den Beckenboden und das mit einem Lächeln!!!

Lass dich mitnehmen auf eine Reise von Aloha, Freude und Spass, so wie es in Hawaii gelebt wird.

Investition in dich selbst: Pro Samstag 24 Franken

Ich freue mich dich kennen zu lernen und am schönen Seerhein mit dir zu tanzen.

Anmeldung bitte bis spätestens Freitags vor den Hulastunden via Mail oder per Telefon

A hui hou (bis bald).

Hannah-Ma Ammon

www.alohazentrum.com/Tel.076 802 9494/ Mail:alohazentrum@gmail.com