

## Seniorentanz im Stadtmauertreff: Faschingsausklang mit Schwung!



Am Mittwoch, dem 26. Februar, findet im Stadtmauertreff ein Seniorentanz statt, das als Ausklang der Faschingssaison gefeiert wird. Die Veranstaltung beginnt um 15 Uhr und endet um 18 Uhr. Organisiert wird das Event von Babett Bartkowiak und Angela Schulz, die sich darauf freuen, etwa 50 Seniorinnen und Senioren zu einem geselligen Nachmittag einzuladen. Kostümierungen sind ausdrücklich erwünscht und tragen zur festlichen Atmosphäre bei.

Das musikalische Rahmenprogramm wird vom Oranke-Duo gestaltet, das mit einer abwechslungsreichen Musikpalette von Swing bis Diskofox für Stimmung sorgen wird. Die Teilnahme an der Veranstaltung kostet 8 Euro, und eine Voranmeldung ist notwendig. Interessierte können sich telefonisch unter 03338 365-378 oder per E-Mail an [treff23@bernau-bei-berlin.de](mailto:treff23@bernau-bei-berlin.de) anmelden, um ihren Platz zu sichern.

# **Regelmäßige Tanznachmittage für Senioren**

Der Seniorentanz im Stadtmauertreff ist nicht nur eine einmalige Veranstaltung. Tatsächlich finden regelmäßig jeden vierten Mittwoch im Monat Tanznachmittage statt, die speziell für Senioren konzipiert sind. Solche Veranstaltungen fördern die Fitness und das soziale Miteinander der älteren Generation und bieten eine willkommene Gelegenheit, neue Bekanntschaften zu schließen und die Lebensfreude zu steigern.

Ähnliche Formate sind auch in anderen Regionen zu finden, wie beispielsweise bei den Tanznachmittagen von Pro Senectute, wo verschiedene Tanzclubs und Lehrende in verschiedenen Kantonen, darunter Aargau, Bern und Solothurn, aktiv sind. Hier werden neben nostalgischem Swing auch andere Tanzstile angeboten, die auf die Bedürfnisse älterer Tanzbegeisterter abgestimmt sind. Sie reichen von traditionellen Tänzen bis hin zu geselligen Angeboten, die der Bewegungsförderung dienen.

## **Tanzangebote und deren Vorteile**

Ein weiteres Highlight des Tanzens in der Seniorenarbeit ist das Angebot von Line Dance. Diese Form des Tanzens ermöglicht die Teilnahme ohne feste Tanzbegleitung und fördert die Beweglichkeit sowie das Herz-Kreislauf-System. Die regelmäßigen Tanzkurse und Geselligen Nachmittage sind eine großartige Möglichkeit, um in einer entspannten Atmosphäre zu üben und die erlernten Schritte bei Kaffee und Kuchen zu vertiefen.

Professionelle Tanzlehrende bieten ansprechende Kurse an, die nicht nur die körperliche Fitness, sondern auch das soziale Miteinander stärken. Tanz als Mittel zur Lebensfreude zeigt, wie wichtig Bewegung im Alter ist und dass es auch im fortgeschrittenen Lebensabschnitt möglich ist, aktiv zu bleiben und Freude am Leben zu empfinden. Diese Angebote sind ein Beweis dafür, wie das Tanzen in der Seniorenarbeit nicht nur Beweglichkeit, sondern auch Glücksmomente und positive

Energie spenden kann.

## **Statistische Auswertung**

Ort: Kantstraße, 10627 Berlin, Deutschland

Beste Referenz: [berlin-live.de](https://berlin-live.de)

Weitere Infos: [mein-berlin.net](https://mein-berlin.net)

**[Zum Originalartikel auf News-ag.com](#)**