

“Workshop für traditionellen griechischen Tanz!!”

Du bewegst dich gerne zu Musik, möchtest deinen Rhythmus und deine Ausdauer (Cardiotraining) verbessern bzw. deine Koordination und Kraft .

Wenn du zusammen mit anderen Gleichgesinnten gemeinsam Tanzschritte entdecken möchtest, verbessert sich auch gleichzeitig dein Gemütszustand (wissenschaftliche Studien beweisen das). Athena ist Griechin, Tanzpädagogin, Sportwissenschaftlerin und Pilatestrainerin (BA, MSc). Sie leitet die Gruppe höchstprofessionell und mit viel Freude und Spaß an der Bewegung . Der Workshop beginnt mit leichten Schritten, jede Bewegung wird langsam geübt und am Ende des Workshops kannst du gemeinsam mit der Gruppe deinen ersten Tanz.

Auf Wunsch werden in Zukunft regelmäßig Einheiten im Pilatesstudio Rosen mit griechischem traditionellem Tanz angeboten.



Preis: 14€/60 Minuten

Ort: Walcherstr 13/G01, 2020 Wien, Pilatesstudio Rosen

Zeit: Sonntag 4.9. 2022 um 17:00 -18:00

Links: <https://www.youtube.com/watch?v=YnHNc4Lmp-E>

<https://www.youtube.com/watch?v=Wda45H6c11I>

Copyright Fotos & Videos: “Laografikos Horeutikos Omilos Horopaideia”, Vassilis Karfis (Sportwissenschaftler/Tanzlehrer, PhD) , Athen Griechenland