



Dance to move (Project)

We starten dit jaar met een nieuw experiment. We worden ouder en dat is meestal leuk maar het ouder worden gaat ook gepaard met meer fysieke ongemakken.

We gaan proberen om dans en oefeningen te combineren tot een leuke, zinvolle les. We willen tijdens dit experiment ook kijken of dit wellicht een les zou kunnen zijn voor iedereen, jong, minder jong en diegene die door spierstijfheid of door uitval minder makkelijk bewegen, toch de sensatie van dansen te ervaren op verschillende muziekstijlen. Ook voor mensen die tijdelijk door ziekte en medische behandelingen niet in staat zijn hun

“normale” sportieve of dansante activiteiten voort te zetten kan dit een goed alternatief zijn. Door middel van dans willen we proberen te werken aan kracht, lenigheid en vooral aan dansplezier. Doordat de les is voor mensen die zich moeilijker verplaatsen en daardoor misschien naar de dansschool zullen worden gebracht, nodigen wij ook de partners en/of helpenden uit, mee te doen tijdens deze les.



Bel of mail Mirjam:
06-29077655 | info@jemisquare.nl,
Krommenieerpad 38,
1521 HB Wormerveer

Volg ons



facebook.com/jemidancestudio



instagram.com/jemidancestudio