

Taniec



Taniec, choreoterapia, zumba, dancingi, potańcówki:

- **Trener Senioralny** – w ramach programu bezpłatne zajęcia taneczno-gimnastyczne oraz zumba | [Szczegóły i kontakt do prowadzących zajęcia](#);
- **Nasz Sportowy Fyrtel** – program bezpłatnych zajęć ruchowych dla mieszkańców w każdym wieku z różnych poznańskich osiedli – w ofercie zumba, salsa latino solo, taniec w parach | [Szczegóły i kontakt do prowadzących zajęcia](#);
- **Dom Kultury „Orle Gniazdo”** – zajęcia dla seniorek i seniorów „Terapia tańcem”, udział odpłatny | [Szczegóły](#) | [Kontakt](#): os. Lecha 43, tel. 61 877 78 42;
- **Dom Kultury „Na Skarpie”** – zumba, udział bezpłatny, zajęcia realizowane w ramach projektu „Mój Sportowy Azyl” | [Szczegóły](#) | [Kontakt](#): os. Piastowskie 104, tel. 61 877 05 51;
- **Dom Kultury „Wiktoria”** – zumba, udział odpłatny | [Szczegóły](#) | [Kontakt](#): os. Zwycięstwa paw. 125, tel. 61 6303 369, 515 228 735;
- **Zespół Tańca Ludowego Staropoleanie** (Stowarzyszenie Kulturalne Trzeciego Wieku) – skupia byłych tancerzy, śpiewaków, członków zespołów ludowych, przyjmuje osoby po 50. roku życia, zespołowi towarzyszy kapela ludowa | [Szczegóły](#) | [Kontakt](#): os. Tysiąclecia 30, tel. 61 876 03 75, 602 504 271, [więcej](#);
- **Razem w formie** – Zumba Gold – zumba z wolniejszym tempem i niższą intensywnością ruchu, w zajęciach mogą brać udział nie tylko osoby zdrowe, ale również osoby po przebytych urazach czy zabiegach | [Szczegóły](#) | [Kontakt](#): tel. 500 055 056;