

# Baila con Parkinson

Baila con Parkinson tunti on suunniteltu ihmisille joilla on Parkinsonin tauti. Tunneille olet kuitenkin tervetullut ilman diagnoosiakin. Mukaan voi tulla myös muut liikehäiriösairauksia sairastavat, omaiset ja muut varttuneemmat jotka kokevat tanssin omakseen, mutta kynnys normaaleille tanssitunneille on liian korkea.

Tutkimusten mukaan tanssi vaikuttaa myönteisesti kehon tasapainoon, askelten pituuteen ja mielialaan. Musiikin rytmi myös helpottaa liikkeelle lähtemistä.

Tunnit ovat soolotunteja eli tanssiparia ei tarvita. Askelsarjat, lyhyet koreografiat ovat helppoja ja toistoja tehdään tarpeeksi, jotta jokainen kokee pääsevänsä mukaan.

Baila con Parkinson tunnit alkavat Järvenpäässä, Tanssiurheilukeskus Cavalla, Tuottajankatu 10 torstaina 19.3 klo 13.00-13.50. Kokoonnumme kevään aikana 8 peräkkäisenä torstaina. Hinta 80,00, lisäksi tulee Cavalierin jäsenmaksu 40e/vuosi. Cava ei ole täysin esteetön, muutama kynnys löytyy, otathan tämän huomioon. Parkkipaikkoja löytyy Cavan edustalta ja keskeltä pihaa. Ohjaajana toimii Hannele Virtanen, 0503082496. Ensimmäinen kerta on ilmainen tutustumiskerta, joten ilmoittautumisen voit tehdä sen jälkeenkin.

Ilmoittautumiset Cavalierin nettisivujen kautta [Cavalier.fi](http://Cavalier.fi) .  
Tervetuloa Cavalierin tanssivaan seuraan!