



Dans - rörelse och skapande

Kursen är anpassad för dig med intellektuell funktionsnedsättning.

Det här är en kurs för dig som gillar att dansa!
Du dansar i en grupp med andra.
Du dansar danser som är "moderna och nutida".
Gruppen provar olika rörelser.
Ni improviserar.

En träff kan vara så här:
Du och gruppen börjar med en uppvärmning.
Sen rör du dig fritt i rummet till olika musikstilar.
Efter det skapar gruppen en dans tillsammans.
Sen tar du och de andra en paus för fika.
Efter det fortsätter ni att skapa dansen tillsammans.
Ni avslutar med en skön avslappning.

Ledare: Klaudia Rychlik

När: Måndagar klockan 17:00-18:30 med start 7 september 2026, 12 gånger

Var: SV Stockholm, Sandhamnsgatan 8, gatuplan, vändplats för taxi finns precis utanför. T-bana och busshållplats Gärdet, uppgång mot Furusundsgatan/Frihamnen.

Pris: 1500 kr

Anmälan: sv.se/stockholm telefon 08-679 03 30 eller epost maria.bhardwaj@sv.se