



Hei kaikki Oulun seudun erityisryhmien kanssa työskentelevät liikunnanammattilaiset!

[Tanssikeskus Citydance](#)ssä käynnistyy viikottainen tanssitunti kaikille tanssista innostuneille. CityMetka - tanssitunnille ovat tervetulleita kaikki nuoret aikuiset (13-25v.),

sukupuoleen tai rajoitteeseen katsomatta. Tunnille voi tulla yksin tai avustajan kanssa. Pääasiassa tunneilla tanssitaan jalkojen päällä, mutta myös lattialla liikkumisen saloihin tutustutaan.

Täällä ylitetään iloisesti raja-aitoja eri tanssilajien maailmaan virittyen unohtamatta luovaa liikkumista. Tavoite on kokea tanssin riemu ja ilo ryhmän omista lähtökohdista ponnistaen.

Opettajana tunneilla toimii erityisryhmien tanssiin erikoistunut tanssinopettaja (AMK) Heidi Ranta. Kantavina teemoina Heidin tunneilla ovat tanssin riemu, liikkeen ilo ja yhdessä tekemisen hauskuus.

Tunnille voi osallistua myös kertamaksulla 14€.

Tanssiterveisin

Merja Satulehto

Tanssikeskus Citydance

www.citydance.fi