

# NEUROTANGO®-Abend-Kurs für Berufstätige

## Tango (als Tanz- und Bewegungs-) Therapie bei neurologisch bedingten Bewegungseinschränkungen

Tango Tanzen hilft erwiesenermaßen bei neurologisch bedingten Bewegungseinschränkungen aufgrund von Parkinson, Multipler Sklerose, nach Schlaganfällen oder ähnlichen Erkrankungen. Tango Therapie macht sich diese Wirkung in systematischer Weise zu Nutze.

Bei Tango Therapie nach dem Neurotango®-Konzept werden zu schöner argentinischer Tangomusik einzeln und paarweise Übungen (Neurotango-Tools) gemacht, die über das Gehirn und das Nervensystem die motorischen Fähigkeiten trainieren.

Jede Kurseinheit wird mit körperlichen Aufwärmübungen begonnen und mit Dehnungsübungen abgeschlossen. Nach einfachen Gleichgewichts- und Rhythmusübungen werden erst einzeln in der Gruppe und anschließend paarweise Schrittabfolgen und tänzerische Bewegungen geübt.

Der Fokus des Kurses liegt auf einer **VERBESSERUNG von GLEICHGEWICHT, KOORDINATION UND BEWEGUNGSPLANUNG JEDER PERSON** und gleichzeitig der **KOOPERATION IM PAAR**. Dadurch wird die **BEWEGUNGSSICHERHEIT** und die **ORIENTIERUNG IM RAUM** gestärkt.

Der Neurotango®-Kurs kann einzeln oder paarweise besucht werden. Da dies das Gehirn noch mehr fordert und daher den Lerneffekt noch steigert, arbeiten wir mit regelmäßigem Rollen-Wechsel zwischen „Führen“ und „Folgen“ und Partner:in-Wechsel.

Als Kursbekleidung empfiehlt sich bequeme und luftige (nicht zu warme) Wohlfühlkleidung. Bitte im Kurs keine Straßenschuhe, sondern Socken (ohne Noppen), flache Tanzschuhe mit Rauhledersohle (keine Absätze) oder Indoor-Sneakers mit weißer Sohle tragen!

### KURSLEITUNG:

**Mag. Sonja Hintermeier, MSc**

**&**

**Erich Hubmann, MAS**

Neurotango-Practitioner

Neurotango-Practitioner

Klinische Gesundheitspsychologin

Coach & Supervisor

Psychotherapeutin mit Weiterbildung in Tanztherapie

Tanz- und Bewegungspädagogin

### KURSDATEN:

**Termin:** jeden Dienstag ab 29.09.2026 von 19.30 bis 21.00

außer in Ferienzeiten und an Feiertagen

**Ort:** Salon Sechshaus (Seminarraum), 15., Sechshauser Straße 48/1. Stock/ Top 2

**Kosten:** Einzeltermin: € 25.- Euro pro Person/ 5(+1)er Block: € 125.- (Preise sind UST-befreit).

Der Block gilt für 5 Kurs-Termine. Bei regelmäßiger Teilnahme (5 aufeinanderfolgende Teilnahmen) gibt es eine 6. Teilnahme als Bonus. Alle Preise gelten für 1 Person.

### INFO UND ANMELDUNG:

bei Sonja Hintermeier: [sonjahintermeier@tango-therapie-wien.at](mailto:sonjahintermeier@tango-therapie-wien.at) oder 0676/36 36 545

bei Erich Hubmann: [erichhubmann@tango-therapie-wien.at](mailto:erichhubmann@tango-therapie-wien.at) oder 0664/50 12 014