

NEUROTANGO®-Nachmittags-Kurs

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

Tango Tanzen hilft erwiesenermaßen bei neurologisch bedingten Bewegungseinschränkungen aufgrund von Parkinson, Multipler Sklerose, nach Schlaganfällen, bei beginnender Demenz 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 einzeln in der Gruppe und paarweise einfache Schrittabfolgen und tänzerische Bewegungen geübt.

Der Fokus des **NEUROTANGO®-KURSES** liegt auf einer **Verbesserung von GLEICHGEWICHT, KOORDINATION und BEWEGUNGSPLANUNG** jeder einzelnen Person und gleichzeitig der Koordination im Paar. Dadurch wird die **BEWEGUNGSSICHERHEIT** und die **ORIENTIERUNG IM RAUM** gestärkt.

Der Neurotango®-Kurs kann einzeln oder paarweise besucht werden. Neueinsteiger:innen sollten allein stehen und (zumindest langsam) gehen können. Da dies das Gehirn noch mehr fordert und fördert, 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
Klin. und Gesundheitspsychologin Coach & Supervisor
Neurotango®-Practitioner Neurotango®-Practitioner
Psychotherapeutin mit Weiterbildung in Tanztherapie
Tanz- und Bewegungspädagogin

ASSISTENZ:

Urania Höfler-Schönbrunn
Bowtech-Master-Practitioner
Emmet Practitioner

KURSDATEN:

Termin: Jeden **Mittwoch ab 2.9.2026 von 14.30 bis 16.30**
außer in Ferienzeiten und an Feiertagen

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

Kosten: Einzeltermine: € 25.- Euro pro Person / 5er Block: € 125.- (Preise sind UST-befreit)
Der 5er-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 oder 0676/36 36 545

bei Erich Hubmann: erichhubmann@tango-therapie-wien.at oder 0664/50 12 014