# Weihnachtstanz im Seniorenklub: Fröhliche Stimmung und Live-Musik!

Seniorenklub Hakenfelde lädt am 20. Dezember 2024 zum Weihnachtstanz ein. Teilnahme für 3,10 €, Live-Musik und Kaffeetafel.

Im Herzen von Berlin-Spandau wird Senioren ein aufregendes Programm geboten: Der Seniorenklub Hakenfelde hat angekündigt, am **Freitag, den 20. Dezember 2024**, einen festlichen Weihnachtstanz zu veranstalten. Besucher können sich auf Live-Musik von Kiry freuen und für lediglich **3,10 Euro** das Tanzbein schwingen. Schlemmen an der Kaffeetafel ist ebenfalls möglich. Die Veranstaltung findet von **14:45 bis 17:45 Uhr** im Seniorenklub Hakenfelde, Helen-Keller-Weg 10, statt. Die Karten sind ab sofort im Klub erhältlich, der montags bis freitags von 10.00 bis 18.00 Uhr geöffnet ist.

Doch das ist nicht alles, denn ab dem **26. September 2024** wird der Klub ein neues, dynamisches Sportangebot für ältere

Menschen einführen: „**Drums alive – Trommel Dich fit!**“. Dieser innovative Fitnesskurs findet montags von **13:00 bis 14:00 Uhr** statt und kombiniert Musik mit Bewegung, um das körperliche Fitnessniveau und das allgemeine Wohlbefinden der Teilnehmer zu steigern. Ganz ohne Vorkenntnisse können Seniorinnen und Senioren auf großen Gymnastikbällen mit Pezzi trommeln, was nicht nur die Muskulatur stärkt, sondern auch das Gedächtnis anregt. Teilnehmer berichten von besserem Stressmanagement und geistiger Fitness – und das alles für nur **24 Euro** für vier Einheiten.

Während des Kurses wird der Spaß und die Freude an der Musik großgeschrieben, wobei die sozialen Kontakte gefördert werden. Der Seniorenklub Hakenfelde, eine Einrichtung des Bezirksamts Spandau und Teil des Amts für Soziales, bietet mit „Drums alive“ eine hervorragende Möglichkeit, einen aktiven Lebensstil zu pflegen und mit anderen in Kontakt zu treten. Informationen zum Weihnachtstanz gibt es über **berlin.de**, während Details zum Fitnesskurs auf **mein-berlin.net** zu finden sind. Der Seniorenklub ist eine wahre Oase der Aktivität für ältere Bürger.

| Details | |
|---|---|
| **Quellen** | • **www.berlin.de**<br>• **redaktion.mein-berlin.net** |

**Besuchen Sie uns auf: n-ag.de**