

Ballettkurs in der Volkshochschule der Verbandsgemeinde Speicher

Die Volkshochschule der Verbandsgemeinde Speicher bietet am Samstag einen Ballettkurs für Kinder an. Eine „Schnupperstunde“ sowie ein Einstieg ist jederzeit möglich. Der Kurs findet in der Turnhalle der Grundschule Speicher statt. Die Kursgebühr beläuft sich auf 40.—Euro, bzw. 58.—Euro.

Kinder lieben Ballett, weil sie sich gern zu Musik bewegen. Ballett ist ein gutes Ganzkörpertraining. Übungen, bei denen gleichzeitig Kopf, Arme, Beine und Füße bewegt werden, erfordern ein hohes Maß an Koordinationsvermögen. Durchs Ballett verbessern sich auch das Gleichgewichtsgefühl und die Flexibilität des Körpers. Durch die Bewegung im Einklang mit der Musik lernt das Kind mehr über sich selbst und entwickelt ein stärkeres Bewusstsein für seinen Körper. Beim Ballett lernt man andere Kinder kennen und muss sich auf ihre Bewegungen einstellen. Aber auch Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten und die Selbstdisziplin werden gefördert.