

Just SING

mit Julia Reidenbach

für
Senior*innen



Kontakt:
www.julia-reidenbach.de
info@juliareidenbach.de



Just SING für Senior*innen

mit Julia Reidenbach

Warum man immer singen sollte!

Singen ...entspannt und macht glücklich!

Singen ...bringt den Kreislauf in Schwung!

Singen ...vertieft die Atmung und es kommt daher zu einer besseren Sauerstoffversorgung der Körperorgane und des Gehirns!

Singen ...baut Stresshormone wie Cortisol und Adrenalin ab!

In lockerer Atmosphäre im großen Saal der TuFa, erwartet Sie Julia Reidenbach mit ihren Musiker*innen. Sie erhalten ein Liedblatt (Noten muss man keine lesen können) und schon geht es los.

Gemeinsam lassen wir deutsche Lieder erklingen und erleben bei Kaffee und Tee ca. 90 unbeschwerte Minuten.

Wetten, dass Sie danach glücklicher sind als davor?

Termine:

**Immer mittwochs
um 10:30 Uhr.**

14. Februar '24

06. März '24

17. April '24

22. Mai '24

26. Juni '24

10. Juli '24

25. September '24

18. Dezember '24

Veranstaltungsort:

Im Großen Saal der TUFA



KULTUR- UND KOMMUNIKATIONSZENTRUM

Tuchfabrik Trier e.V.

Wechselstraße 4-6 · 54290 Trier
Telefon: 0651-718 2412

Vorverkaufsstellen:

Ticket Regional & TUFA



Teilnahmegebühr:

11,00 €

(inkl. Vorverkaufsgebühren)

Schirmherr: Markus Nöhl
Kulturdezernent der Stadt Trier