

# Tervetuloa liikkuvaan joukkoomme!



SUOMEN KANSAINVÄLISEN



SENIORITANSSIN LIITTO RY



# Senioritanssista iloa ikääntymiseen

## Mutkaton tapa tavata ja tutustua

- Olet aina sopivan ikäinen
- Sukupuoli ei ole tanssissa ratkaiseva
- Et tarvitse tanssitaustaa etkä omaa paria
- Voit tulla arkivaatteissa ja tanssiin sopivissa kengissä
- Pääset tanssin pyörteisiin koulutetun ohjaajan avulla
- Kohtaat uusia tuttavuuksia

## Kotimaisista tansseista kansainvälisiin tunnelmiin

- Jokaisella tanssilla on nimi, koreografia ja musiikki
- Yleisimmin tanssitaan pariapiirissä paria vaihtaen, myös yhteisessä piirissä, jonoissa ja erillään
- Valittavissa rytmikkäitä, lempeitä ja hartaita tansseja

## Erinomaista terveysliikuntaa

- Lisää liikkumisen keveyttä ja luiden lujuutta
- Parantaa tasapainoa ja jalkojen kuntoa
- Tukee sydänterveyttä ja hengitystä
- Parantaa muistia ja vahvistaa aivoterveyttä
- Tuottaa erilaisia elämyksiä
- Tarjoaa oppimisen iloa
- Lisää itsevarmuutta ja mielen hyvinvointia
- Tuottaa iloista yhdessäoloa ja lisää sosiaalisia kontakteja



## Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liitto ry

- Kannustaa senioritanssin harrastus- ja koulutusmahdollisuuksiin
- Järjestää tanssitapahtumia ja tuottaa tansseja
- Tukee paikallista ja alueellista senioritanssitoimintaa
- Julkaisee Senioritanssilehteä ja pitää yllä verkkosivuja [www.senioritanssi.fi](http://www.senioritanssi.fi)
- Innostaa vapaaseen kansalaistoimintaan
- Ylläpitää ohjaajarekisteriä
- Tiedottaa harrastusmahdollisuuksista, koulutuksista sekä kansallisista ja kansainvälisistä tanssitapahtumista
- Vauhdittaa tanssien kehittymistä
- Toteuttaa senioritanssin kehittämishankkeita
- Koordinoi aluekehittäjäverkostoa Ikäinstituutin kanssa
- Edustaa Suomea pohjoismaisissa ja kansainvälisissä tanssikongresseissa ja -komiteoissa yhdessä Ikäinstituutin ja Finlands Seniorsdansförbundet rf:n kanssa

SUOMEN KANSAINVÄLISEN



SENIORITANS SIN LIITTO RY

# Jäsenhakemus

Haluan/haluamme liittyä Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liittoon

henkilöjäsen (15 €/v. 2022)

yhteisöjäsen (80 €/v. 2022)

Nimi .....

Lähiosoite .....

Postinumero ..... Postitoimipaikka .....

Puhelin ..... Sähköposti .....

Olen tanssiharrastaja  kannattajajäsen  ohjaaja  aluekouluttaja

Lisätietoja (esim. jäsenyyttä suositelleen henkilön nimi)

.....

.....

Päiväys ..... Allekirjoitus .....

Voit joko antaa jäsenhakemuksen ohjaajallesi tai lähettää sen liiton verkkosivuilla [www.senioritanssi.fi](http://www.senioritanssi.fi) mainitulle puheenjohtajalle.

Verkkosivuilta löytyy myös sähköisesti lähetettävä jäsenhakemускааvake.

SUOMEN KANSAINVÄLISEN



SENIORITANS SIN LIITTO RY