



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
			12:15 bis 13:15 Uhr Dance Workout A-F/J+E 8b	16:00 bis 17:00 Uhr Ballett A+I/K 1n	10:30 bis 12:00 Uhr Ballett (PS) F/J-E 1k
17:00 bis 18:00 Uhr Ballett A/J+K 1c	12:15 bis 13:15 Uhr Dance Workout A-F/J+E 8a	16:00 bis 17:00 Uhr Jazz A/K 2h	16:30 bis 17:15 Uhr Tanz für Kinder ab 3 Jahren 5b	17:00 bis 18:00 Uhr Ballett A+I/K 1l	
18:00 bis 19:00 Uhr Ballett A-F/J+E 1d	17:30 bis 18:30 Uhr Ballett A+I/J+E 1j	17:30 bis 18:30 Uhr Jazz A+I/J 2c	17:20 bis 18:05 Uhr Ballett Kinder ab 6 Jahren 5c	18:00 bis 19:00 Uhr Jazz A-I/K 2e	
19:00 bis 20:30 Uhr Jazz A+I/J+E 2a	18:30 bis 20:00 Uhr Ballett A+I/J+E 1e	18:30 bis 20:00 Uhr Ballett (PS) I+F/J+E 1f	18:30 bis 20:00 Uhr Ballett I+F/J+E 1h	19:00 bis 20:30 Uhr Ballett A+I/J+E 1g	
20:30 bis 21:30 Uhr Jazz A+I/J+E 2b	20:00 bis 21:30 Uhr Modern A+I/J+E 3b	20:00 bis 21:30 Uhr Modern I+F/J+E 3a	20:00 bis 21:30 Uhr Jazz A+I/J+E 2d	20:30 bis 21:30 Uhr Contemporary F/E 2f	

Legende: A = AnfängerIn I = fortgeschrittene/r AnfängerIn F = Fortgeschrittene K = Kinder J = Jugendliche E = Erwachsene PS = Point Shoes 1c bis 8b = Kursnummer

Ballett (Kurse: 1a–1l)

Das Ballett ist die Grundlage des Tanzes. Zur Entwicklung tanztechnischer Qualitäten steht die Schulung des Haltungs- und Körperbewusstseins an erster Stelle. Disziplin, exaktes Arbeiten und Positionen sowie Schrittfolgen – das ist klassisches Ballett für alle Levels und Altersklassen. Das Ballett Point Shoes für Fortgeschrittene ergänzt das Programm.

Kursleitung: Marcelo Pereira

Modern (Kurse: 3a/3b)

Die Grundprinzipien des Modernen Tanzes sind das Ausnützen der Schwerkraft, Schwingen, Fallen, Rollen. Basierend auf den Techniken verschiedener Pioniere des Modernen Tanzes wird der gesamte Bewegungsapparat sensibilisiert und die bewusste Koordination gefördert.

Kursleitung: Marcelo Pereira

Tanz für Kinder (Kurs: 5b) / Ballett (Kurs 5c)

Den Kindern im Alter von 3 bis 7 Jahren werden durch eine gezielte musikalische, rhythmische und körperliche Schulung in Form von tänzerischen Bewegungssequenzen nach und nach die Grundlagen des Tanzes vermittelt. Neben der Entwicklung der Beweglichkeit, des Rhythmusgefühls und der Musikalität wird Raum gelassen für die Entfaltung der eigenen Kreativität. Der Kurs soll – neben der Freude an der Bewegung – die Koordination des gesamten Körpers, die Auffassungsgabe, die Konzentrationsfähigkeit und das Umsetzungsvermögen weiterentwickeln.

Ab sechs Jahren auch das **Ballett für Kinder** – neu ab Februar 2020.

Kursleitung: Julia Galluzzi

Dance Workout (Kurse: 8a/8b)

Tanzen heißt Bewegung. Bewegung die entsteht, wenn Kräfte auf den Körper einwirken und diesen beschleunigen. Dance Workout soll gezielt den Körper formen und straffen. Nach einem kurzen Aufwärmen folgt ein intensiver Kräftigungsteil inklusive Stretching und Jazztanz-kombinationen. Das dynamische Zusammenwirken von Kräften und Bewegung stärkt das Körperbewusstsein.

Kursleitung: Marcelo Pereira

Contemporary Dance (Kurs: 2f)

Für talentierte, motivierte und engagierte Tänzer und Tänzerinnen wird im Contemporary-Tanzkurs eine Mischung aus den verschiedenen modernen Tanzstilen angeboten.

Kursleitung: Marcelo Pereira

Jazz (Kurse: 2a–2e)

Geschmeidigkeit, Kraft, Beweglichkeit und grund-legendende Techniken des Jazztanzes werden in diesen Lektionen vermittelt, wobei die Freude am Tanz im Mittelpunkt steht. Jazz ist eine sinnliche, extrovertierte Tanzform, die von präzisen und schnellen bis zu modernen, lyrischen Bewegungen variiert.

Kursleitung: Marcelo Pereira