

Samstag, 14. April 2018

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
09:00 - 09:30 Uhr	Ausdauertraining T.A.N.Z. Hier werdet ihr fit gemacht. Power & Kraft für einen tollen Gardetanz. Für alle!!	Ultimatives Akro Warm-up Turnspezifische Erwärmung und Kräftigung für die Akrobatik im karnevalistischen Tanzsport für Tänzer und Trainer.	Alle Schautänzer wach? Das Spaßundwerdemunter-Warm-up nach fetziger Musik mit viel Spaß speziell für den Schautanz.
09:45 - 10:45 Uhr	Gardetanz Gruppen Up to Date! Außergewöhnliche und moderne Schritte im Gardetanz. Schritte und Elemente der besonderen Art für einen wirkungsvollen Tanz.	Rad bis Radvariationen Rad rechts und links. Einarmiges Rad sowie diverse effektvolle Radvariationen. Durchführen, abändern, variieren! Voraussetzungen: gutes Rad	Karnevalistischer Schautanz Fröhliche Tanzelemente nach bekannter Musik die für den Schautanz geeignet sind. Anfänger, Kids & Teens
11:00 - 12:00 Uhr	Gardetanz: Symphonie Eine anspruchsvolle Choreographie mit typischen Gardeelementen verschmelzen lebendig und harmonisch mit der Musik. Mittelstufe bis Fortgeschrittene	Akrobatik von 0 bis Bogengang Erste Übungen zum Erlernen des Bogengangs. Heranführen, sichern, helfen! Voraussetzungen: Rad / flüchtiger Handstand	80's Schautanz-Mix Schautanztaugliche Schritte nach den grandiosen Hits und im Stil der 80er. Partystimmung pur.
12:15 - 13:15 Uhr	Gardetanz Solisten & Paare Up to Date! Schrittelemente, neu entdeckt für Gruppen, Paare und Solisten. Beliebig kombinierbar, faszinierend und außerordentlich attraktiv.	Akrobatik Bogengang bis Variationen Bogengangelemente werden korrigiert und Techniken verbessert Durchführen, abändern! Vorkenntnisse: Handstand, Sprungkraft, Dehnbarkeit im Rücken, Bogengang	Cheerleading Gruppenstunts Anfänger/Einsteiger Grundlagen und Techniken für Cheerleading, Schautanz & Gardetanz Mindestens 3 Teilnehmer pro angemeldete Gruppe Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: nicht erforderlich
13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit			
14:00 - 15:00 Uhr	Gruppenhebungen für alle! Anfänger bis Mittelstufe Posen, leichte Gruppenhebungen u. Pyramiden für gem., weibl. und männl. Gr. Teilnehmer: Anmeldung als Kleingruppe (mind. 3 Personen) oder als ganze Gruppe möglich, Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: Basiswissen	Tanz-SprungBrett Zahlreiche Übungen u. Technik für Tanzsprünge. Glocken-, Spagat-, Grätschsprung uvm. Auch Tipps für kindgerechtes Training.	Bühnenpräsenz & Ausdruck im Schautanz Hier erlernt ihr, wie ihr euren Schautanz am besten präsentiert, hinsichtlich Ausdrucksstärke und Tipps und Tricks für einen perfekten Auftritt. Für Tänzer & Trainer
15:15 - 16:15 Uhr	Tanzpaarhebungen Anfänger/Medium Level Hebungen u. Partnerstunts aus dem Cheerleading, Garde- und Schautanzsport. Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: Basiswissen, Paarkonstellation: gemischte, weibl. und männl. Paar	Freie Akrobatikelemente Erste Übungen u. Erlernen von Techniken für freie Elemente (Bogengang/ Rad...) Heranführen, sichern, helfen! Voraussetzungen: Perfektes Rad, Spagat beidseitig, Bogengang Vorwärts/Rückwärts.	ChartMoves Moderne und interessante Schrittfolgen aus aktuellen Videos, die sich für jeden Schautanz hervorragend eignen. Mittelstufe bis Fortgeschrittene
16:30 - 17:30 Uhr	TanzPaarhebungen High Level/Fortgeschrittene Effektiv Hebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: nur gem. Paare, Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: gute bis sehr gute Erfahrungen	Akro & Tanz Circle Effektiv Hebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: nur gem. Paare, Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: gute bis sehr gute Erfahrungen	Karnevalistischer Schautanz Up to Date Unsere Dozenten sind unsere Trendscouts im Schautanz. Aktuell, hin- und mitreißend! Ein großer Spaß. Mittelstufe bis Fortgeschrittene