

**!!! ACHTUNG !!!**  
geänderte Uhrzeiten

# Tanzworkshop in Daun

Samstag, 09. Mai 2026

**!!! ACHTUNG !!!**  
geänderte Uhrzeiten

Workshop-Ort:  
Wehrbüschhalle  
Schulstr. 6  
54550 Daun

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
09:00 - 09:30	<b>Warm Up: Gardetanz &amp; Schautanz</b> Vollgas in den Tag! Ramona Piroth S P G T	<b>Hebungs-Warm-Up</b> Stark und Stabil! Helene Gunne P G T	<b>Warm Up: Gardetanz &amp; Schautanz</b> Achtung: dieser Workshop findet auf Fläche 1 statt! Ramona Piroth S P G T
09:30 - 10:30	<b>Voll im Takt</b> Der perfekte Schritt für jeden Auftritt Ramona Piroth S P G T	<b>Cheerleading „Tosses“</b> Würfe im Cheerleading-Style Helene Gunne G T	<b>Modern</b> Tanz, Spaß und Marco Schmitz G T
10:45 - 11:45	<b>Gardeschritte Up to Date</b> Moderne Schrittkombis & Elemente im Gardetanz Ramona Piroth S P G T	<b>Gruppenhebungen Mittelstufe</b> Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Helene Gunne G T	<b>Showdance in Action</b> Einfache Schritte, große Effekte Marco Schmitz G T
11:45 - 12:45	<b>Gardetanz Freestyle</b> Kreative Freiheiten und neue Dimensionen im Gardetanz Ramona Piroth S P G T	<b>Gruppenhebungen Mittelstufe bis Fortgeschrittene</b> Vorkenntnisse: sichere Grundkenntnisse Helene Gunne G T	<b>Party Dance - Auf geht's!!</b> Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Hits Marco Schmitz G T

12:45 - 13:00 verkürzte Mittagspause

**!!! ACHTUNG !!!**  
geänderte Uhrzeiten

13:00 - 14:00	<b>Gruppenhebungen Kids&amp;Teens</b> Vorkenntnisse: nicht erforderlich Marco Schmitz G T	<b>Gruppenhebungen Fortgeschrittene</b> Vorkenntnisse: gefestigte Hebertechniken, mehrjährige Erfahrung Helene Gunne G T	<b>Tanzsprungbrett</b> Sprungkraft für Tänzer & Akrobaten Ramona Piroth S P G T
14:00 - 15:00	<b>Garde Moves Next Level</b> Solo, Paar & Duo Edition Marco Schmitz S P T	<b>Pyramiden Anfänger bis Mittelstufe</b> Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Helene Gunne G T	<b>Rad bis Bogengang</b> Voraussetzungen: Handstand, Rad, Spagat, Brücke Ramona Piroth S P G T
15:00 - 16:00	<b>Tanzpaarhebungen individuell</b> Vorkenntnisse: nicht erforderlich Marco Schmitz P G T	<b>Gruppenhebungen Anfänger bis Mittelstufe</b> Vorkenntnisse: nicht erforderlich Helene Gunne G T	<b>Bogengang bis Variationen</b> Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Ramona Piroth S P G T
16:00 - 16:15	<b>Relax and Recover</b> Dein 15-Minuten Cool Down Ramona Piroth S P G T		

**!!! ACHTUNG !!!**  
geänderte Uhrzeiten



Kurse für Anfänger geeignet, keine Vorkenntnisse erforderlich



Kurse für Mittelstufe, erste Fähigkeiten und Vorkenntnisse



Kurse für Fortgeschrittene, gute Fähigkeiten und Vorkenntnisse

Geeignet für:



S Solisten



P Paare



G Gruppen



T Trainer

Wichtige Tipps und Hinweise

bitte beachte unbedingt die ausführlichen inhaltlichen Erklärungen und wichtigen Hinweise in unserem Onlineshop