

**IN 2025 LEIDER VORBEI
WIR KOMMEN WIEDER IN 2026**

Uhrzeit	Fläche 1		Fläche 3
09:00 - 09:30 Uhr	Warm Up Garde Fit für den Tag! Ramona Piroth S P G T	Hebungs-Warm-Up Stark und Stabil! Helene Gunne P G T	Warm Up Schautanz Tanzen, Dehnen, Durchstarten! Marco Schmitz G T
09:45 - 10:45 Uhr	Gardeschritte Up to Date Moderne Schrittkombis & Elemente im Gardetanz Ramona Piroth S P G T	Gruppenhebungen Anfänger bis Mittelstufe Vorkenntnisse: nicht erforderlich Helene Gunne G T	Modern Karneval Dance Tanz, Spaß und Kreativität für jedes Level Marco Schmitz G T
11:00 - 12:00 Uhr	Garde in Bewegung Kreative Formationen & Raumwege für einen glanzvollen Auftritt Ramona Piroth G T	Gruppenhebungen Mittelstufe bis Fortgeschrittene Vorkenntnisse: sichere Grundkenntnisse Helene Gunne G T	Party Dance - Auf geht's!! Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Hits Marco Schmitz G T
12:15 - 13:15 Uhr	Gardetanz Freestyle Kreative Freiheiten und neue Dimensionen im Gardetanz Ramona Piroth S P G T	Pyramiden Anfänger-Mittelstufe Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Helene Gunne G T	Bühnenpräsenz und Emotionen Mit Körper und Geist die Bühne erobern Marco Schmitz S P G T
13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - Hast du dein Catering Paket schon gebucht?			
14:00 - 15:00 Uhr	Tanzsprungbrett Sprungkraft für Tänzer & Akrobaten Helene Gunne S P G T	Cheerleading „Tosses“ Bilder und Würfe im Cheerleading-Style Marco Schmitz G T	Rad bis Radvariationen Voraussetzungen: Handstand, Spagat Ramona Piroth S P G T
15:15 - 16:15 Uhr	Power Moves Ultimative Kräftigung für deine tänzerische Stärke Helene Gunne S P G T	Tanzpaarhebungen Anfänger-Mittelstufe Vorkenntnisse: nicht erforderlich Marco Schmitz P G T	Rad bis Bogengang Voraussetzungen: Handstand, Rad, Spagat, Brücke Ramona Piroth S P G T
16:30 - 17:30 Uhr	Flexibilität in Perfektion Der Weg zum fehlerfreien Spagat, Grätsche und mehr Helene Gunne S P G T	Tanzpaarhebungen individuell Vorkenntnisse: nicht erforderlich Marco Schmitz P G T	Bogengang & Variationen Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Ramona Piroth S P G T
17:30 - 17:45 Uhr	Relax and Recover Dein 15- Minuten Cool Down Ramona Piroth S P G T		



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

Catering:

in diesem Jahr werden erstmalig Cateringpakete angeboten.
Buchbar über unseren Onlineshop

Wichtige Tipps und Hinweise

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