


















































Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
09:00 09:30	Warm Up Tanz Vollgas in den Tag! Cosima Zoller  	Warm Up Akrobatik Die Grundlagen für starke Leistungen Dennis Kemptner  	
09:45 10:45	Am Puls der Zeit Kreative Schrittkombis & Elemente im Gardetanz Cosima Zoller  	Freies Rad Voraussetzungen: Perfektes Rad, Spagat (Front- und Seitspagat) Dennis Kemptner  	Magie der Formationen Aufstellungen & Formationskunst im Schautanz Dozent folgt  
11:00 12:00	Garde in Bewegung Kreative Formationen & Raumwege für einen glanzvollen Auftritt Cosima Zoller  	Freier Bogengang Voraussetzungen: Radwende, Spagat, Brücke, Handstand-überschlag, Bogengang vorwärts Dennis Kemptner  	Party Dance - Auf geht's!! Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Hits Dozent folgt  
12:15 13:15	Voll im Takt Der perfekte Schritt für jeden Auftritt Cosima Zoller  	Flick Flack & Co. Voraussetzungen: Handstand, Radwende, Brücke, Bogengang Dennis Kemptner  	Modern Karneval Dance Tanz, Spaß und Kreativität für jedes Level Dozent folgt  
13:15 - 13:45 Mittagspause 13:45 - 14:00 kostenloses gemeinsames Warm-up für alle, die Lust haben Unsere Workshopeinheiten beinhalten kein Warm-up! Bitte am regulären Warm-Up morgens oder am kostenlosen Warm-Up mittags teilnehmen oder sich bitte unbedingt selbst vor dem Kurs erwärmen. Vielen Dank!			
14:00 15:00	Gardetanz Freestyle Kreative Freiheiten und neue Dimensionen im Gardetanz Cosima Zoller  	Rad bis Radvariationen Voraussetzungen: Handstand, Spagat Dennis Kemptner  	Gruppenhebungen Anfänger bis Mittelstufe Vorkenntnisse: nicht erforderlich Helene Gunne  
15:15 16:15	Faszination Battement Die Kunst der hohen Beinwürfe Cosima Zoller  	Rad bis Bogengang Voraussetzungen: Handstand, Rad, Spagat, Brücke Dennis Kemptner  	Gruppenhebungen Mittelstufe bis Fortgeschrittene Vorkenntnisse: sichere Grundkenntnisse Helene Gunne  
16:30 17:30	Bühnenpräsenz und Emotionen Mit Körper und Geist die Bühne erobern Cosima Zoller  	Bogengang bis Variationen Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Dennis Kemptner  	Cheerleading Tosses Bilder und Würfe im Cheerleading-Style Helene Gunne  
17:30 17:45	Relax and Recover Dein 15-Minuten Cool Down Cosima Zoller  		
<div>  Kurse für Anfänger geeignet, keine Vorkenntnisse erforderlich  Kurse für Mittelstufe, erste Fähigkeiten und Vorkenntnisse  Kurse für Fortgeschrittene, gute Fähigkeiten und Vorkenntnisse </div> <div> Geeignet für:  Solisten  Paare  Gruppen  Trainer </div> <div> Wichtige Tipps und Hinweise bitte beachte unbedingt die ausführlichen inhaltlichen Erklärungen und wichtigen Hinweise in unserem Onlineshop </div>			