

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
09:00 09:30	Warm-Up Tanz Vollgas in den Tag! Malte Bürgermeister  	Warm-Up Akrobatik Die Grundlagen für starke Leistungen Ben Adams  	
09:45 10:45	Meisterhafte Schritte Mit kraftvollen Akzenten und präzisen Moves glänzen Malte Bürgermeister  	Freies Rad Voraussetzungen: Perfektes Rad, Spagat (Front- und Seitspagat) Ben Adams  	Modern Karneval Dance Tanz, Spaß und Kreativität für jedes Level Dozent folgt  
11:00 12:00	Technik trifft Tanz Sprünge, Akro und Drehungen im Flow Malte Bürgermeister  	Freier Bogengang Voraussetzungen: Radwende, Spagat, Brücke, Handstand- überschlag, Bogengang vorwärts Ben Adams  	Schautanz in Höchstform Fesselnde Schritte & jede Menge Energie Dozent folgt  
12:15 13:15	Gardeschritte aktuell Moderne Schrittkombis & Elemente im Gardetanz Malte Bürgermeister  	Flick Flack & Co. Voraussetzungen: Handstand, Radwende, Brücke, Bogengang Ben Adams  	Party Dance - Auf geht's!! Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Hits 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	Garde Moves Next Level Solo, Paar & Duo Edition Malte Bürgermeister  	Rad bis Radvariationen Voraussetzungen: Handstand, Spagat Ben Adams  	Showdance in Action Einfache Schritte, große Effekte Dozent folgt  
15:15 16:15	Tanzsprungbrett Sprungkraft für Tänzer & Akrobaten Malte Bürgermeister  	Bogengang intensiv! Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Ben Adams  	Bühnenpräsenz und Emotionen Mit Körper und Geist die Bühne erobern Dozent folgt  
16:30 17:30	Gardetanz Freestyle Kreative Freiheiten und neue Dimensionen im Gardetanz Malte Bürgermeister  	Bogengang bis Variationen Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Ben Adams  	Flexibilität in Perfektion Der Weg zum fehlerfreien Spagat, Grätsche und mehr Dozent folgt  
17:30 17:45	Relax and Recover Dein 15-Minuten Cool Down Dozent folgt  		
 Kurse für Anfänger geeignet, keine Vorkenntnisse erforderlich  Kurse für Mittelstufe, erste Fähigkeiten und Vorkenntnisse  Kurse für Fortgeschrittene, gute Fähigkeiten und Vorkenntnisse Geeignet für:  Solisten  Paare  Gruppen  Trainer Wichtige Tipps und Hinweise bitte beachte unbedingt die ausführlichen inhaltlichen Erklärungen und wichtigen Hinweise in unserem Onlineshop			