



























































Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
09:00 - 09:30	Warm-Up Tanz Vollgas in den Tag! Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>	Warm-Up Akrobatik Die Grundlagen für starke Leistungen Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>	
09:45 - 10:45	Meisterhafte Schritte Mit kraftvollen Akzenten und präzisen Moves glänzen Dozent folgt <div>   </div> <div>     </div>	Freies Rad Voraussetzungen: Perfektes Rad, Spagat (Front- und Seitspagat) Dozent folgt <div>  </div> <div>     </div>	Modern Karneval Dance Tanz, Spaß und Kreativität für jedes Level Dozent folgt <div>    </div> <div>   </div>
11:00 - 12:00	Technik trifft Tanz Sprünge, Akro und Drehungen im Flow Dozent folgt <div>  </div> <div>    </div>	Freier Bogengang Voraussetzungen: Radwende, Spagat, Brücke, Handstand- überschlag, Bogengang vorwärts Dozent folgt <div>  </div> <div>     </div>	Schautanz in Höchstform Fesselnde Schritte & jede Menge Energie Dozent folgt <div>   </div> <div>   </div>
12:15 - 13:15	Gardeschritte aktuell Moderne Schrittkombis & Elemente im Gardetanz Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>	Flick Flack & Co. Voraussetzungen: Handstand, Radwende, Brücke, Bogengang Dozent folgt <div>  </div> <div>     </div>	Party Dance - Auf geht's!! Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Hits Dozent folgt <div>  </div> <div>   </div>

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 Dozent folgt <div>  </div> <div>    </div>	Rad bis Radvariationen Voraussetzungen: Handstand, Spagat Dozent folgt <div>   </div> <div>     </div>	Showdance in Action Einfache Schritte, große Effekte Dozent folgt <div>  </div> <div>   </div>
15:15 - 16:15	Tanzsprungbrett Sprungkraft für Tänzer & Akrobaten Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>	Bogengang intensiv! Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Dozent folgt <div>   </div> <div>     </div>	Bühnenpräsenz und Emotionen Mit Körper und Geist die Bühne erobern Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>
16:30 - 17:30	Gardetanz Freestyle Kreative Freiheiten und neue Dimensionen im Gardetanz Dozent folgt <div>  </div> <div>     </div>	Bogengang bis Variationen Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Dozent folgt <div>   </div> <div>     </div>	Flexibilität in Perfektion Der Weg zum fehlerfreien Spagat, Grätsche und mehr Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>
17:30 - 17:45	Relax and Recover Dein 15-Minuten Cool Down Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>		



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