

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

Uhrzeit **Fläche 1 - Trainingshalle K. K. Funken, Osterhausstraße** **Sporthalle Grundschule Metternich, Raiffeisenstraße 6, 56072 Koblenz**

<p>09:00 - 09:30 Uhr</p>	<p>Warm Up Schautanz Tanzen, Dehnen, Durchstarten Aline Weuffen</p>  <p>G T</p>	<p>Warm Up Akrobatik Flexibilität & Kraft für den perfekten Start Denise Humberg</p>  <p>S P G T</p>
<p>09:45 - 10:45 Uhr</p>	<p>Trend Move Special TOP Seller! Lass dich überraschen Aline Weuffen</p>  <p>G T</p>	<p>Freies Rad Voraussetzungen: Perfektes Rad, Spagat (Front- und Seitspagat) Denise Humberg</p>  <p>S P G T</p>
<p>11:00 - 12:00 Uhr</p>	<p>Magie der Formationen Aufstellungen, Formation & Raumwege im Schautanz Aline Weuffen</p>  <p>G T</p>	<p>Akrobatik: von 0 bis Rad Keine Voraussetzungen Denise Humberg</p>  <p>S P G T</p>
<p>12:15 - 13:15 Uhr</p>	<p>Choreografie nach Maß Schautanz nach Dozenten-Vorlieben Aline Weuffen</p>  <p>G T</p>	<p>Akrobatik: Rad bis Radvariationen Voraussetzungen: Handstand, Spagat Denise Humberg</p>  <p>S P G T</p>

13:15 - 14:00 Uhr **Mittagspause - Hast du dein Catering Paket schon gebucht?**

<p>14:00 - 15:00 Uhr</p>	<p>Power Moves Ultimative Kräftigung für deine tänzerische Stärke Aline Weuffen</p>  <p>S P G T</p>	<p>Tanzsprungbrett Sprungkraft für Tänzer Denise Humberg</p>  <p>S P G T</p>
<p>15:15 - 16:15 Uhr</p>	<p>Party Dance - Auf geht's!! Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Hits Aline Weuffen</p>  <p>G T</p>	<p>Akrobatik: von Rad bis Bogengang Voraussetzungen: Handstand, Rad, Spagat, Brücke Denise Humberg</p>  <p>S P G T</p>
<p>16:30 - 17:30 Uhr</p>	<p>Bühnenpräsenz und Emotionen Mit Körper und Geist die Bühne erobern Aline Weuffen</p>  <p>S P G T</p>	<p>Akrobatik: Bogengang bis Variationen Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Denise Humberg</p>  <p>S P G T</p>
<p>17.30 - 17.45 Uhr</p>	<p>Relax and Recover Dein 15-Minuten Cool Down Aline Weuffen</p>  <p>S P G T</p>	<p>Relax and Recover Dein 15-Minuten Cool Down Denise Humberg</p>  <p>S P G T</p>

 Kurse für Anfänger geeignet, keine Vorkenntnisse erforderlich Geeignet für: S Solisten P Paare G Gruppen T Trainer	 Kurse für Mittelstufe, erste Fähigkeiten und Vorkenntnisse	 Kurse für Fortgeschrittene, gute Fähigkeiten und Vorkenntnisse	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
--	--	--	--	---