

Tanzworkshop in Koblenz

**IN 2026 LEIDER VORBEI
WIR KOMMEN WIEDER IN 2027**

Workshop-Orte:

Fläche 1: Trainingshalle K.K. Funken Rot-Weiß,
Osterhausstraße 1, 56072 Koblenz

Fläche 2: Sporthalle Grundschule Metternich-
Oberdorf, Raiffeisenstraße 6, 56072 Koblenz

Uhrzeit | **Fläche 1 - Trainingshalle K. K. Funken, Osterhausstraße** | **Fläche 2 - Sporthalle Grundschule Metternich, Raiffeisenstraße 6, 56072 Koblenz**

<p>09:00 - 09:30</p> <p>Warm Up Akrobatik Flexibilität & Kraft für den perfekten Start Ramona Piroth</p> <p> </p>	<p>Warm Up Schautanz Tanzen, Dehnen, Durchstarten! Robin Ahmann</p> <p> </p>
<p>09:45 - 10:45</p> <p>Freies Rad Voraussetzungen: Perfektes Rad, Spagat (Front- und Seitspagat) Ramona Piroth</p> <p> </p>	<p>Modern Karneval Dance Tanz, Spaß und Kreativität für jedes Level Robin Ahmann</p> <p> </p>
<p>11:00 - 12:00</p> <p>Bogengang intensiv! Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Ramona Piroth</p> <p> </p>	<p>Party Dance - Auf geht's!! Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Hits Robin Ahmann</p> <p> </p>
<p>12:15 - 13:15</p> <p>Bogengang & Variationen Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Ramona Piroth</p> <p> </p>	<p>Dynamik der Bewegungen Aufstellungen & Formationskunst im Schautanz Robin Ahmann</p> <p> </p>

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!

<p>14:00 - 15:00</p> <p>Kraftvolle Sprünge Der Weg zur perfekten Sprungtechnik Ramona Piroth</p> <p> </p>	<p>Von 0 bis Rad Keine Voraussetzungen Robin Ahmann</p> <p> </p>
<p>15:15 - 16:15</p> <p>Showdance in Action Einfache Schritte, große Effekte Ramona Piroth</p> <p> </p>	<p>Rad & Radvariationen Voraussetzungen: Handstand, Spagat Robin Ahmann</p> <p> </p>
<p>16:30 - 17:30</p> <p>Bühnenpräsenz und Emotionen Mit Körper und Geist die Bühne erobern Ramona Piroth</p> <p> </p>	<p>Von Rad bis Bogengang Voraussetzungen: Handstand, Rad, Spagat, Brücke Robin Ahmann</p> <p> </p>
<p>17:30 - 17:45</p> <p>Relax and Recover Dein 15-Minuten Cool Down Ramona Piroth</p> <p> </p>	<p>Relax and Recover Dein 15-Minuten Cool Down Robin Ahmann</p> <p> </p>

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
---	--	--	--	---