









































Tanzworkshop in Montabaur

Samstag, 16. Mai 2026

Workshop-Ort:
Waldschule Montabaur
Buchenstraße 52
56410 Montabaur

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2
09:00 09:30	Warm-Up Garde Tanz dich warm! Ramona Piroth    S P G T	Hebungs-Warm-Up Stark und Stabil! Helene Gunne    P G T
09:45 10:45	Meisterhafte Schritte Mit kraftvollen Akzenten und präzisen Moves glänzen Ramona Piroth   S P G T	Cheerleading Tosses Bilder und Würfe im Cheerleading-Style Helene Gunne   G T
11:00 12:00	Gardetanz 2026 Moderne Schrittkombis & Elemente im Gardetanz Ramona Piroth    S P G T	Gruppenhebungen Anfänger bis Mittelstufe Vorkenntnisse: nicht erforderlich Helene Gunne   G T
12:15 13:15	Faszination Battement Die Kunst der hohen Beinwürfe Ramona Piroth    S P G T	Gruppenhebungen Mittelstufe bis Fortgeschrittene Vorkenntnisse: sichere Grundkenntnisse Helene Gunne   G T
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 Ramona Piroth  S P G T	Tanzpaarhebungen Anfänger bis Mittelstufe Vorkenntnisse: nicht erforderlich Helene Gunne   P G T
15:15 16:15	Garde in Bewegung Kreative Formationen & Raumwege für einen glanzvollen Auftritt Ramona Piroth    G T	Tanzpaarhebungen individuell Hand in Hand zum erfolgreichen Lift Helene Gunne    S P G T
16:30 17:30	Tanzsprungbrett Sprungkraft für Tänzer & Akrobaten Ramona Piroth    S P G T	Pyramiden Anfänger bis Mittelstufe Kursbeschreibung Helene Gunne   G T
17:30 17:45	Relax and Recover Dein 15-Minuten Cool Down Ramona Piroth    S P G T	
<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: S Solisten P Paare G Gruppen T Trainer </div> <div> Wichtige Tipps und Hinweise bitte beachte unbedingt die ausführlichen inhaltlichen Erklärungen und wichtigen Hinweise in unserem Onlineshop </div>		