

**IN 2024 LEIDER VORBEI
WIR KOMMEN WIEDER IN 2025**

Uhrzeit	Fläche 1		Fläche 3
09:00 - 09:30 Uhr	Warm-up Garde Ein fetziges Aufwärmprogramm mit viel Musik! Für alle! Denise Humberg	Warm-Up – Stand-Up Intensives Kurz-Warm-Up für Tanzhebungen aller Art. Helene Gunne	Warm-Up for Showdance Das richtige Aufwärmen muss sein, speziell ausgerichtet für den Schautanz! Für alle! Carolin Wageck
09:45 - 10:45 Uhr	Gardetanz Gruppen Up to Date! Außergewöhnliche und moderne Schritte im Gardetanz. Schritte und Elemente der besonderen Art für einen wirkungsvollen Tanz. Mittelstufe Denise Humberg	TANZPaarhebungen Anfänger/Einsteiger Basishebungen und Posen aus dem Cheerleading, Garde- und Schautanzsport. Für Einsteiger und zur Optimierung von Grundlagen und Techniken. Teilnehmer: zugelassen sind gem., weibl. und männl. Paare, Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: nicht erforderlich Helene Gunne	JazzDance & Show Basis Elemente und eine kleine Choreografie für eine atemberaubende Bühnenshow. Anfänger bis Mittelstufe Carolin Wageck
11:00 - 12:00 Uhr	Solisten, Paare & Small-Groups Up to Date Schrittelemente, neu entdeckt für Gruppen, Paare und Solisten. Beliebig kombinierbar, faszinierend und außerordentlich attraktiv. Denise Humberg	TANZPaarhebungen Medium Level Hebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: zugelassen sind nur gemischte Paare, Alter: ab 12 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Helene Gunne	Männerballette aufgepasst! Tanz, Spaß und viele Ideen für Euren Auftritt. Macht Euch cool und modern ans Werk. Elegant, anmutig, sexy oder komisch. Alles ist großartig. Carolin Wageck
12:15 - 13:15 Uhr	Kids & Teens Dance Einfache Schritte und Posen. Mit Fantasie und Kreativität Schritte vermitteln. Teilnehmer: Trainer sowie Kids & Teens mit Vorkenntnissen Denise Humberg	TANZPaarhebungen High Level Effektvolle Tanzpaarhebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: zugelassen sind nur gemischte Paare, Alter: ab 14 Jahre Vorkenntnisse: gute bis sehr gute Erfahrungen Helene Gunne	Bodywork Spagat und Beinwürfe Spagat lernen sowie hohe Beinwürfe? Worauf musst Du achten? Körperwahrnehmung bei Kindern und Erwachsenen. Ganz gezielte Übungen! Für alle! Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt! Carolin Wageck
13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit			
14:00 - 15:00 Uhr	Tanz-Sprungbrett Zahlreiche Übungen u. Technik für Tanzsprünge. Glocken-, Spagat-, Grätschsprung uvm. Auch Tipps für kindgerechtes Training. Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt. Denise Humberg	Cheerleading Gruppen- & Partnerstunts Anfänger/Mittelstufe Grundlagen und Techniken für Cheerleading, Schautanz & Gardetanz Mindestens 3 Teilnehmer pro angemeldete Gruppe Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: keine bis Basiswissen Helene Gunne	Elegant zu Drehungen & Pirouetten Pirouetten, Drehungen, Punktdrehungen usw. Im Garde- und Schautanz nicht wegzudenken. Wie setze ich an? Technik, Drehungen und Schritte. Anfänger bis Fortgeschrittene Carolin Wageck
15:15 - 16:15 Uhr	Faszination Battement Beinwürfe in der Reihe – Wow-Effekt! Jede Menge Wow für Euch! Jede Menge Battement-Variationen verbunden mit Schrittkombinationen. Auch Tipps für Kindergruppen. Denise Humberg	Gruppenhebungen für alle! Anfänger bis Mittelstufe Posen, leichte Gruppenhebungen und Pyramiden für gem., weibl. und männl. Gruppen. Technik / Auf- u. Abgänge. Teilnehmer: Anmeld. als Kleingr. (mind. 3 Pers.) o. als ganze Gr. möglich, Alter: ab 8 J., Vorkenntnisse: Basiswissen Helene Gunne	ShowDance „Simple Steps“ Einfache aber effektvolle Tanzschritte, Armbewegungen und Bildwechsel für Anfänger und Jugendliche. Carolin Wageck
16:30 - 17:30 Uhr	Gardetanz und Choreo High Level Traditionell aber effektiv! Choreographie mit Schritten, Drehungen und Sprüngen für Mittelstufe bis Fortgeschritten. Denise Humberg	Gruppenhebungen für gem. Gruppen Mittelstufe bis Fortgeschrittene Pyramiden, Bilder, Würfe u. Techniken für Cheerleading, Schautanz & Gardetanz Teilnehmer: Anmeld. als Kleingr. (mind. 3 Personen) o. als ganze Gr. möglich, Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: zwingend erforderlich Helene Gunne	Karnevalistischer Schautanz Up to Date Unsere Dozenten sind unsere Trendscouts im Schautanz. Aktuell, hin- und mitreißend! Ein großer Spaß. Anfänger bis Mittelstufe Carolin Wageck