

Tanz und Turnen Sommerfeeling in Piesport

Samstag, 31. August 2024

Workshop-Ort:
Moseltalhalle
Bahnhofstr. 33 A
54498 Piesport

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2
09:00 - 09:30 Uhr	Warm-Up for Gardequeens Ein fetziges Aufwärmprogramm mit viel Musik! Für alle! Robin Bottler	Ultimatives Akro Warm-up Turnspezifische Erwärmung und Kräftigung für die Akrobatik im karnevalistischen Tanzsport für Tänzer und Trainer. Dennis Kempfner
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 Robin Bottler	Tanz-SprungBrett Zahlreiche Übungen u. Technik für Tanzsprünge. Glocken-, Spagat-, Grätschsprung uvm. Auch Tipps für kindgerechtes Training. Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt! Dennis Kempfner
11:00 - 12:00 Uhr	Gardetanz Freestyle Ein kreativer Mix von Schritten, Kombinationen, leichten Drehungen und mehr. Anfänger bis Mittelstufe Robin Bottler	Bodywork Spagat und Beinwürfe Worauf sollst du achten? Gesundheitsaspekte beachten! Körperwahrnehmung bei Kindern und Erwachsenen. Ganz gezielte Übungen! Für alle! Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt! Dennis Kempfner
12:15 - 13:15 Uhr	Gardetanz ClassiCo Die große Schrittvielfalt non Stopp! Elegant, traditionell, klassisch und Topaktuell! Mittelstufe Robin Bottler	Akrobatik: Rad bis Radvariationen Rad rechts und links. Einarmiges Rad sowie diverse effektvolle Radvariationen. Durchführen, abändern, variieren! Teilnehmervoraussetzung: ein gutes Rad Dennis Kempfner
13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit		
14:00 - 15:00 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. Robin Bottler	Akrobatik: von 0 bis Bogengang Erste Übungen zum Erlernen des Bogengangs. Heranführen, sichern, helfen! Teilnehmervoraussetzung: Rad / flüchtiger Handstand Dennis Kempfner
15:15 - 16:15 Uhr	Solisten & Gruppen Akroelemente & Schrittkombinationen Verschiedene Beispiele und Möglichkeiten von Schrittkombinationen vor und nach einer gezeigten Schwierigkeit. Für Solisten, Tanzpaare und Gruppen! Mittelstufe bis Fortgeschrittene Robin Bottler	Akrobatik: Bogengang bis Variationen Bogengangelemente werden korrigiert und Techniken verbessert. Durchführen, abändern! Teilnehmervoraussetzung: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Dennis Kempfner
16:30 - 17:30 Uhr	Gardetanz und Choreo High Level Traditionell aber effektiv! Choreographie mit Schritten, Drehungen und Sprüngen für Mittelstufe bis Fortgeschrittene. Robin Bottler	Freie Akrobatik Elemente Erste Übungen und Erlernen von Techniken für freie Elemente (Bogengang/ Rad) Heranführen, sichern, helfen! Teilnehmervoraussetzung: Perfektes Rad, Spagat beidseitig, Bogengang vorwärts. Dennis Kempfner