

Tanzworkshop in Rennerod

Sonntag, 10. Mai 2026

Workshop-Ort:
Realschule Plus Hoher Westerwald
Kohlaustraße 16
56477 Rennerod

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
09:00 09:30	Warm-Up Tanz Vollgas in den Tag! Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>	Warm-Up Akrobatik Die Grundlagen für starke Leistungen Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>	Hebungs-Warm-Up Stark und Stabil! Dozent folgt <div>    </div> <div>    </div>
09:45 10:45	Gardeschritte Up to Date Moderne Schrittkombis & Elemente im Gardetanz Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>	Flick Flack & Co. Voraussetzungen: Handstand, Radwende, Brücke, Bogengang Dozent folgt <div>  </div> <div>     </div>	Cheerleading „Tosses“ Bilder und Würfe im Cheerleading-Style Dozent folgt <div>   </div> <div>   </div>
11:00 12:00	Garde Moves Next Level Solo, Paar & Duo Edition Dozent folgt <div>  </div> <div>    </div>	Bogengang bis Variationen Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Dozent folgt <div>   </div> <div>     </div>	Gruppenhebungen Mittelstufe Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Dozent folgt <div>  </div> <div>   </div>
12:15 13:15	Voll im Takt Der perfekte Schritt für jeden Auftritt Dozent folgt <div>  </div> <div>     </div>	Rad bis Bogengang Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Dozent folgt <div>  </div> <div>     </div>	Tanzpaarhebungen individuell Vorkenntnisse: nicht erforderlich Dozent folgt <div>    </div> <div>    </div>
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	Modern Karneval Dance Tanz, Spaß und Kreativität für jedes Level Dozent folgt <div>    </div> <div>   </div>	Freies Rad Voraussetzungen: Perfektes Rad, Spagat (Front- und Seitspagat) Dozent folgt <div>  </div> <div>     </div>	Gruppenhebungen Kids&Teens Vorkenntnisse: nicht erforderlich Dozent folgt <div>  </div> <div>   </div>
15:15 16:15	Showdance in Action Einfache Schritte, große Effekte Dozent folgt <div>  </div> <div>   </div>	Bogengang intensiv! Voraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Dozent folgt <div>   </div> <div>     </div>	Spinning into the Spotlight Deine Drehungen perfekt in Szene setzen Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>
16:30 17:30	Party Dance - Auf geht's!! Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Hits Dozent folgt <div>  </div> <div>   </div>	Tanzsprungbrett Sprungkraft für Tänzer & Akroben Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>	Bühnenpräsenz und Emotionen Mit Körper und Geist die Bühne erobern Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>
17:30 17:45	Relax and Recover Dein 15-Minuten Cool Down Dozent folgt <div>    </div> <div>     </div>		
<div>  Kurse für Anfänger geeignet, keine Vorkenntnisse erforderlich </div> <div>  Kurse für Mittelstufe, erste Fähigkeiten und Vorkenntnisse </div> <div>  Kurse für Fortgeschrittene, gute Fähigkeiten und Vorkenntnisse </div> <div> Geeignet für:  Solisten  Paare  Gruppen  Trainer </div> <div> Wichtige Tipps und Hinweise bitte beachte unbedingt die ausführlichen inhaltlichen Erklärungen und wichtigen Hinweise in unserem Onlineshop </div>			