

Garde, Show & More in Stollberg/Erzgebirge

Workshop-Ort:
Carl-von-Bach Gymnasium
Uhlmannstraße 1
09366 Stollberg/Erzgebirge

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

Uhrzeit	Fläche 1		Fläche 3
09:00 - 09:30 Uhr	Warm-Up für Tänzer Ein fetziges Aufwärmprogramm mit viel Musik! Für alle! Ramona Piroth	Ultimatives Akro Warm-up Turnspezifische Erwärmung und Kräftigung für die Akrobatik im karnevalistischen Tanzsport für Tänzer und Trainer. Helene Gunne	Alle Schautänzer wach? Das Spaßundwerdemunter-Warm-up mit fetziger Musik mit viel Spaß, speziell für den Schautanz. Carolin Wageck
09:45 - 10:45 Uhr	Gardetanz Freestyle Kids & Teens Ein kreativer Mix von Schritten, Kombinationen, leichten Drehungen und mehr. Anfänger, Kids & Teens Ramona Piroth	Akrobatik: Rad bis Radvariationen Rad rechts und links. Einarmiges Rad sowie diverse effektvolle Radvariationen. Durchführen, abändern, variieren! Teilnehmervoraussetzung: ein gutes Rad 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
11:00 - 12:00 Uhr	Gardetanz Gruppen Up to Date! Außergewöhnliche und moderne Schritte im Gardetanz. Schritte und Elemente der besonderen Art für einen wirkungsvollen Tanz. Mittelstufe Ramona Piroth	Akrobatik: Bogengang bis Variationen Bogengangelemente werden korrigiert und Techniken verbessert. Durchführen, abändern! Teilnehmervoraussetzung: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Helene Gunne	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. Carolin Wageck
12:15 - 13:15 Uhr	PartyGardeMarsch Gardetanz meets Showdance! Showelemente verpackt in Gardeschritte. Mittelstufe bis Fortgeschrittene Ramona Piroth	Tanz-SprungBrett Zahlreiche Übungen u. Technik für Tanzsprünge. Glocken-, Spagat-, Grätschsprung uvm. Auch Tipps für kindgerechtes Training. Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt. 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

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. Ramona Piroth	TANZPaarhebungen Medium Level Hebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: zugelassen sind nur gemischte Paare, Alter: ab 12 Jahre Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Helene Gunne	Party Dance – Auf geht´s!! Tanz & Choreo. Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Knaller-Hits. Karnevalistischer Schautanz fetzig, rasant und jede Menge Gaudi! Anfänger bis Mittelstufe Carolin Wageck
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 Ramona Piroth	Cheerleading Gruppen- & Partnerstunts Anfänger/Mittelstufe Grundlagen und Techniken für Cheerleading, Schautanz & Gardetanz. Mind. 3 Teilnehmer pro angemeldete Gr. (nur gem, weibl. u. männl. Gr.) Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: keine bis Basiswissen Helene Gunne	Trend Move Special Tanz, Rhythmus und Jazz nach aktuellen, trendigen Moves für deinen Showdance-Stylemix. Mittelstufe Carolin Wageck
16:30 - 17:30 Uhr	Gardetanz und Choreo High Level Traditionell aber effektiv!! Choreographie mit Schritten, Drehungen und Sprüngen für Mittelstufe bis Fortgeschrittene. Ramona Piroth	Cheerleading Gruppen- & Partnerstunts Medium/High Level Höher – Größer – Weiter! Für Cheerleading, Schautanz & Gardetanz. Mind. 3 Teilnehmer pro angemeldete Gr. (nur gem, weibl. u. männl. Gr.) Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Helene Gunne	Bühnenpräsenz & Ausdruck im Schautanz Hier erlernt ihr, wie ihr euren Schautanz am besten präsentiert, hinsichtlich Ausdrucksstärke u. Tipps u. Tricks für einen perfekten Auftritt. Für Tänzer & Trainer! Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt. Carolin Wageck