

**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! Daniel Trabold	Hebungs-Workout Hebungsspezifisches Grundlagen-Workout für Sprungkraft und Beweglichkeit. Für alle! Dennis Kempfner	Alle Schautänzer wach? Das Spaßundwerdemunter-Warm-up mit fetziger Musik mit viel Spaß, speziell für den Schautanz. Marco Schmitz
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 Daniel Trabold	Gruppen- & Partnerhebungen nur für Mädels! Medium bis High Level Pyramiden, Posen, Partnerhebungen & Co. Frauenpower PUR! Teilnehmer: Anmeld. als Kleingruppe (mind. 3 Per.) o. als ganze Gr. möglich, Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: keine bis Basiswissen Dennis Kempfner	Karnevalistischer Schautanz Up to Date Unsere Dozenten sind unsere Trendscouts im Schautanz. Aktuell, hin- und mitreißend! Ein großer Spaß. Anfänger bis Mittelstufe Marco Schmitz
11:00 - 12:00 Uhr	Gardetanz ClassiCo Die große Schrittvielfalt non Stopp! Elegant, traditionell, klassisch und Topaktuell! Mittelstufe Daniel Trabold	Gruppen- & Partnerhebungen nur für Mädels! Medium bis High Level Pyramiden, Posen, Partnerhebungen & Co. Frauenpower PUR! Teilnehmer: Anmeld. als Kleingruppe (mind. 3 Pers.) o. als ganze Gr. möglich, Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Dennis Kempfner	Elegant zu Drehungen & Pirouetten Pirouetten, Drehungen, Punktdrehungen usw. Im Garde- und Schautanz nicht wegzudenken. Wie setze ich an? Technik, Drehungen und Schritte.. Anfänger bis Mittelstufe Marco Schmitz
12:15 - 13:15 Uhr	Gardetanz Schrittkombinationen Nr. 1 Einfache Tanzelemente, leicht vertanz! Besonders für Jugendliche und Kinder, sowie Anfänger und Trainer. Daniel Trabold	Gruppenhebungen für gem. Gruppen Anfänger bis Mittelstufe Posen, leichte Gruppenhebungen und Pyramiden für gem. & männl. Gruppen Teilnehmer: Anmeld. als Kleingruppe (mind. 3 Personen) oder als ganze Gr. möglich, Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: Basiswissen Dennis Kempfner	JazzDance & Show Basis Elemente und Choreografie für eine atemberaubende Bühnenshow. Anfänger bis Mittelstufe Marco Schmitz
13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit			
14:00 - 15:00 Uhr	Gardetanz Schrittkombinationen Nr. 2 Interessante und schwierige Schritt-/Armkombinationen. Mittelstufe bis Fortgeschrittene Daniel Trabold	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 Dennis Kempfner	Intensive Dehnung für Tänzer Warm-up ist eins, die richtige Dehnung für einen perfekt ausgeführten Tanz etwas anderes Marco Schmitz
15:15 - 16:15 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. Helene Gunne	Erste Akrobatik aus dem Cheerleading Akrobatik im Cheerleading ist dynamisches Turnen. Es um Schnelligkeit u. Tempo. Die Kombination von Stunts, Dance und Akrobatik/Turnen machen den Sport aus. In diesem Kurs werden Körperspannungs- und Gleichgewichtsübungen gezeigt, um die Akrobatik im Cheerleading zu erlernen. Dennis Kempfner	Bühnenpräsenz im Garde- u. Schautanz Ein perfekter Auftritt mit einer natürlichen Ausstrahlung und erstklassiger Haltung. Seid präsent! Für Tänzer und Trainer! Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt! Marco Schmitz
16:30 - 17:30 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. Daniel Trabold	Akrobatik: Rad bis Radvariationen Rad rechts und links. Einarmiges Rad sowie diverse effektvolle Radvariationen. Durchführen, abändern, variieren! Teilnehmervoraussetzung: ein gutes Rad Dennis Kempfner	Showdance & Choreo Actiondance neu entdeckt für Solos, Duos, Small Groups & mehr. Interessante sowie moderne Schrittelelemente für einen grandiosen Auftritt. Mittelstufe bis Fortgeschrittene Marco Schmitz