

Neu bei uns: Tanzkurse

Euer Kind tanzt – Ihr trainiert



Tanzmäuse (ab ca. 3 Jahren)

Euer Kind tanzt zu Hause den ganzen Tag und fängt sofort an sich zu bewegen, wenn Musik läuft? Wollt Ihr Euer Kind fördern für absolute Lebensfreude und Leidenschaft an Bewegung und Tanz? Dann schaut doch mal zu einer kostenlosen Schnupperstunde bei uns vorbei.

Der Kurs ist speziell für die Kleinsten gedacht. Es werden Rhythmik, Körper- und Sinneswahrnehmung geschult, sowie tänzerische Grundbewegungen und Fortbewegungsarten eingeübt. Musikalisch wird mit Tanz- und Kinderliedern, aber auch mit anderen aktuellen Musikstilen gearbeitet. Da dieser Kurs findet schon ohne Begleitung eines Elternteils oder einer anderen Bezugsperson stattfindet, könnt Ihr die Zeit zum Trainieren nutzen!

Mittwoch 15:00 - 15:45 Uhr



Kindertanz (ab etwa 6 Jahren)

Bei den etwas älteren Kindern steht die kontrollierte Bewegung zur Musik im Fokus. Synchrone rhythmische Bewegung, Schulung von Körpergefühl, Konzentration und dem Einfügen in die Gruppe werden beim Tanzen kindgerecht trainiert. Die Bewegung durch den Raum, Koordination und altersgerechte Schrittkombinationen gehören zur Grundlage dieses Kurses. Hier lernen die Kinder bereits schon die verschiedenen Tanzrichtungen wie HipHop, Jazz uvm. kennen.

Mittwoch 15:45 - 16:45 Uhr



Dance4Kidz (ab etwa 10 Jahren)

Dance4Kidz ist eine Mischung aus den verschiedensten Tanzstilen, Hip Hop, Jazz , VideoClip, Fitness, Aerobic uvm. Hier lernen die Kinder alle Tanzstile kennen und lieben.

Mittwoch 17 - 18 Uhr



DanceMix ... Tanz DICH fit

(ab etwa 10 Jahren)

DanceMix ist eine Powerstunde mit effektivem Ganzkörper-Workout. Es ist eine Mischung aus den verschiedensten Tanzstilen, Hip Hop, Jazz , Fitness, Aerobic, BBP uvm. und ist für jeden tänzerischen Kenntnisstand geeignet .

Mittwoch 17:00 - 18.00 Uhr



DanceMix (ab etwa 16 Jahren)

In nur einer Stunde erhalten die Teilnehmer ein effektives Ganzkörper-Workout, das so richtig zum Schwitzen bringt und dabei jede Menge Spaß macht. **DanceMix** ist eine Mischung aus den verschiedensten Tanzstilen, Hip Hop, Jazz , Fitness, Aerobic uvm.. Man kannst zu stimmungsvoller und rhythmischer Musik ausgelassen tanzen, trainiert nebenbei Bauch, Beine und Po und fördert Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer. In diesem Kurs werden Stress und überflüssige Pfunde einfach „weggetanzt“!

Mittwoch 17:00 - 18.00 Uhr

Mittwoch 19:00 - 20:00 Uhr