



Tanzworkshop in Pohlheim

15. & 16. Juni 2019

Sport- und Kulturhalle Garbenteich



SAMSTAG			SONNTAG		
	Halle A	Halle B	Halle A	Halle B	
10:00 - 10:30	W A R M U P		W A R M U P		
10:30 - 11:30	Schwierigkeiten für Einsteiger erste Übungen von Techniken für Rad, Grätschwinkel, Glockensprung und Co. <i>Robin Bottler</i>	freies Rad & freier Bogengang Übungen zum Erlernen der freien Elemente <i>Alexej Balzer</i>	Gardetanz Schrittkombinationen Level 1 einfache Grundschritte in einer leichten aber ansprechenden Choreographie <i>Robin Bottler</i>	Garde & Solisten Beweglichkeit Spezielle Übungen zur Förderung der Beweglichkeit <i>Alexej Balzer</i>	
11:45 - 12:45	Schwierigkeiten für Erfahrene Ausarbeiten der Feinheiten von bereits beherrschten Schwierigkeiten <i>Robin Bottler</i>	Gruppentänze Marsch (Einsteiger) eine leichte Choreo aus Grundschritten mit einfachen Formationswechseln <i>Alexej Balzer</i>	Schrittkombinationen für Solisten (Einsteiger) Einfache Schrittelemente erlernen und vertanzen <i>Robin Bottler</i>	Gardetanz Schrittkombinationen Level 2 Vertanzen von anspruchsvollen Tanzelementen <i>Alexej Balzer</i>	
12:45 - 13:30	M I T T A G S P A U S E		M I T T A G S P A U S E		
13:30 - 15:00	Gruppentänze Marsch (Erfahrene) eine anspruchsvolle Choreographie mit abwechslungsreichen und kreativen Schrittkombinationen <i>Robin Bottler</i>	effektives Athletik Training Übungen zur Verbesserung von Kondition, Kraft und Schnelligkeit <i>Alexej Balzer</i>	FlickFlack & Menichelli Übungen zum Erlernen und Verfeinern <i>Robin Bottler</i>	Schwierigkeiten richtig vertanzt Fließende Übergänge und harmonische Verbindungen sollen demonstriert und eingeübt werden <i>Alexej Balzer</i>	
15:15 - 16:15	Rad- und Radvariationen Rad rechts und links, einarmiges Rad sowie diverse effektvolle Radvariationen <i>Robin Bottler</i>	Durchführung eines Trainingsbeispiels von Anfang bis Ende Elemente und Anordnung eines effektvollen Trainings <i>Alexej Balzer</i>	Schrittkombinationen für Solisten (Erfahrene) Anspruchsvolle Schrittelemente erlernen und vertanzen <i>Robin Bottler</i>	Choreographie & Musikauswahl Zur Musik passende Elemente finden, altersgerechte Musikauswahl, Auszählen, Beachtung der Höhepunkte usw.	

Lust mitzumachen? Dann geht's hier zur Anmeldung: workshop.diemollys-pohlheim.de