



Privatworkshopveranstaltung Stollberg/Erzgebirge – 13. Mai 2023

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2
09:30 - 11:30 Uhr	<p>Garde & Show Kids & Teens mit Ramona Gardetanz Kids & Teens Up to Date! Aktuelle, gardetypische Schrittelemente für Anfänger und Jugend sowie Tipps für Kindergruppen</p> <p>ShowDance „Simple Steps“ Einfache aber effektvolle Tanzschritte, Armbewegungen und Bildwechsel für Anfänger, Kinder und Jugendliche.</p>	<p>Schautanz mit Christian Bühnenpräsenz & Ausdruck im Schautanz Hier erlernt ihr, wie ihr euren Schautanz am besten präsentiert, hinsichtlich Ausdrucksstärke und Tipps und Tricks für einen perfekten Auftritt. Für Tänzer & Trainer! SchauJAZztanz Temperamentvolle Tanzelemente, dynamisch und zündend für Spaß und Erfolg auf der Bühne zu altbekannten Melodien. Absolut schautanztauglich! Mittelstufe bis Fortgeschritten</p>
11:45 - 13:45 Uhr	<p>Gardetanz / Sprünge / Dehnung mit Ramona Bodywork Spagat und Beinwürfe Worauf sollst du achten? Gesundheitsaspekte beachten! Körperwahrnehmung bei Kindern und Erwachsenen. Ganz gezielte Übungen! Für alle!</p> <p>Tanz-SprungBrett Zahlreiche Übungen und Technik für Tanzsprünge. Glocken-, Spagat-, Grätschsprung uvm. Auch Tipps für kindgerechtes Training</p>	<p>Schautanz mit Christian Showdance & Choreo Actiondance neu entdeckt für Solos, Duos, SmalGroups & mehr. Interessante sowie moderne Schrittelemente für einen grandiosen Auftritt. Mittelstufe bis Fortgeschritten</p> <p>Trend Move Special Tanz, Rhythmus und Jazz nach aktuellen, trendigen Moves für deinen Showdance-Stylemix. Mittelstufe</p>
13:45 - 14:15 Uhr MITTAGSPAUSE		
14:15 - 16:15 Uhr	<p>Gardetanz mit Ramona Gardetanz Up to Date! Schrittelemente, neu entdeckt für Gruppen, Paare und Solisten. Beliebig kombinierbar, faszinierend und außerordentlich attraktiv.</p> <p>Faszination Battement Beinwürfe in der Reihe – Woweffekt! Jede Menge Wow für Euch! Jede Menge Battements-Variationen verbunden mit Schrittkombinationen. Auch Tipps für Kindergruppen.</p>	<p>Gardetanz & Akro mit Christian Gardetanz Akroelemente & Schrittkombinationen Verschiedene Beispiele und Möglichkeiten von Schrittkombinationen vor und nach einer geeigneten Schwierigkeit. Für Solisten, Tanzpaare und Gruppen!</p> <p>Akrobatik: Rad bis Radvariationen Rad rechts und links. Einarmiges Rad sowie diverse effektvolle Radvariationen. Durchführen, abändern, variieren! Teilnehmervoraussetzung: ein gutes Rad</p> <p>Akrobatik: Freies Rad Hilfestellung und methodischer Übungsablauf.</p>
16:30 - 18:30 Uhr	<p>Gardetanz Choreo & Formationen mit Ramona Gardetanz: Step by Step Choreo Gardeschrittelemente im Gardetanz mit leichten, aber interessanten Positionswechseln.</p> <p>Gardemarsch vom Feinsten Ein Mix von Grundsritten, Kombinationen, leichten Drehungen und Marschieren in effektvolle Bilder.</p> <p>Gardetanz Formationen to go! Wie stelle ich Schritt- und Armbewegungen innerhalb Positionswechsel und Raumwegen. Theorie & Praxis, für Trainer & Tänzer</p>	<p>Hebungen mit Christian 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</p> <p>TANZPaarhebungen Medium Level Hebungen für Garde- und Schautanzsport.</p>



Privatworkshopveranstaltung Stollberg/Erzgebirge – 13. Mai 2023

WEITERE INFORMATIONEN

INFO: Jeder Kursblock startet mit einem Warm Up bzw. inhaltsspezifischen Workout. Ein Kurzprogramm, um aufgewärmt in den Workshop zu starten. Die einzelnen Inhalte der jeweiligen Kursblöcke gehen fließend ineinander über und richten sich nach den Anforderungen sowie Bedürfnissen und dem Leistungsstand der Teilnehmenden.

Ihr habt Lust bekommen dabei zu sein: Eure Anmeldung schickt ihr bitte an: dirk.bretschneider2@gmail.com

Veranstaltet wird dieser Workshop von der CVS-Carnevals Vereinigung Stollberg e. V. in Zusammenarbeit mit dem Tanzworkshopteam von Dance-Fit.

Veranstalter

CVS-Carnevals Vereinigung Stollberg e. V.

Veranstaltungsort

Carl-von-Bach Gymnasium
Uhlmannstraße 1
09366 Stollberg/Erzgebirge

Preise

Kurse: 24,00 €
Tagesticket: 80,00 €
Tel.-Nr. Frau Bretschneider: 0173-9053097

Die Dozenten



Ramona Piroth

Ramona ist Garde- und Schautänzerin und hat viele Jahre leidenschaftlich als Solomariechen im RKK und BDK als Turniertänzerin getanzt. Ihre Erfolge sind beachtlich. Unter vielen gewonnenen Landesmeisterschaften kann sie auch auf einen Deutschen Meistertitel stolz sein.

Seit ihrem 5. Lebensjahr tanzt sie! Tanzen und Sport dominieren ihr Leben und sie ließ sich ein Jahr auf der Ballettschule in Santiago (Dominikanische Republik) im klassischen Tanz ausbilden. Als staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin und im Besitz der Fitnesstrainer B-Lizenz hat sie sich zusätzlich in Zumba, Pilates, WSG sowie in Sporttherapie zur Übungsleiterin ausbilden lassen.

Beruflich arbeitet sie als Fitness- und Kurstrainerin und tanzt in ihrer Freizeit für ihr Leben gerne Merenque, Bachata und Salsa.



Christian Müller

Tanzen und Christian gehören zusammen. Ballett, Garde- und Jazztanz begleiten ihn seit seinem frühen Kindesalter. Mit seiner Tanzpartnerin Sarah durfte er viele Wettkämpfe gewinnen und Deutsche Meistertitel ertanzen. Seine Vielfältigkeit, seine Leidenschaft sowie seine tänzerischen Stärken zeichnen ihn aus.

Aktuell tanzt er neben seinem BWL Studium im Staatstheater Nürnberg und nimmt an Wettkämpfen der TAF/IDO teil.

Christian ist nicht nur Tänzer, sondern auch Coach, Dozent und Choreograf für Hebungen, Akrobatik, Showdance und Gardetanz.



Tanz-Strumpfhose

Mariechen PRO

Tanz-Strumpfhose MariechenPRO:

die ideale Tanz-Strumpfhose für alle Tanzsportarten – strapazierfähige Qualität in 70 DEN – ohne Zwickel und Ansatz – mit ultrasoftem, komfortablem und angenehmen Bündchen – brillianter Glanz durch „Shimmery Look“ – elegant in Design und Passform – von führenden Tänzerinnen empfohlen.

v.l.n.r.: Martina Salomon, Bianca Dürrbeck & Carina Mayer; drei Top-Mariechen.

www.dance-fit.de



info@dance-fit.de