

Angebote Tanz

Kindertanz + Kindertanz U4

Tanzen, bewegen, spielen, lachen, sich zur Musik bewegen und selber darstellen, sich mit dem Körper ausdrücken und nebenbei noch die Haltung und die Koordination trainieren – das alles wird im kreativen Kindertanz gefördert. Hier wird kein Kind zum Tänzer oder zur Tänzerin ausgebildet. Doch jede kleine Persönlichkeit wird in seiner Ausdruckfähigkeit gefördert und in seinem Selbstwertgefühl gestärkt. Kreativer Kindertanz ist eine ganzheitliche Förderung. Es gibt keinen Bereich in der körperlichen oder geistigen Entwicklung eines Kindes, der durch das Tanzen oder das freie bewegen zu Musik nicht angeregt und weiterentwickelt wird. Es ist eine wunderschöne Aufgabe diesen natürlichen Drang zu unterstützen, zu fördern und zum Wohle der kindlichen Entwicklung zu nutzen. Kreativer Kindertanz soll zu jeder tänzerischen Stilrichtung führen können.

Kinderballett

Im Kinderballett wird hauptsächlich zur klassischen Musik getanzt. Die Kinder werden an die ersten Grundtechniken des Balletts herangeführt. Das Training beinhaltet jetzt das Stangen-training und die Übungen in der Mitte, um die Muskulatur optimal aufzubauen und zu stärken. Die Arbeit an der Körperhaltung, des Gleichgewichtes und an der Eleganz sind weitere Bestandteile des Unterrichts. Je nach Ballettstufe erhöht sich der Schwierigkeitsgrad bei den Übungen und auch bei den Choreographien. Das Kinderballett ist eine gute Grundlage für alle Tanzrichtungen.

Erwachsenenballett

Sie sind fasziniert vom Ballett und wollten es schon immer erlernen – es ist nicht zu spät. Sie können jetzt damit anfangen. In unserem Erwachsenenballett wird die Muskulatur gestärkt und gedehnt, eine korrekte Körperhaltung erarbeitet und die Koordination optimiert. Unser Balletttraining setzt sich zusammen aus Übungen an der Stange und einem bewegten tänzerischen Teil in der Mitte des Saales. Anfängern erlaubt das Bodentraining den behutsamen Einstieg in das klassische Bewegungsrepertoire. Sie lernen, mit ihren individuellen körperlichen Voraussetzungen umzugehen und dem Körper keine Leistungen abzuverlangen, die für sie nicht zuträglich sind. Unter Einhaltung der anatomischen Richtlinien vermittelt unser Ballettunterricht eine gesunde Trainingsmethode, die Freude und Zufriedenheit bringt.

Dance-Mix

Im Dance-Mix werden verschiedene Stile gemischt. Jazz, HipHop, Showtanz und Anleihen aus dem latein-amerikanischen Tanz und Ballett, formen diesen populären Tanzstil, der die Grundlage vieler Musicalproduktionen bildet. Ob Highschoolmusical, Tarzan, A Chorus Line oder Grease. In diesem Kurs wird eine Grundlage vermittelt, durch die man diesen vielfältigen Tanzstil kennenlernt, sowie die Technik erlernen, verbessern und ausbauen kann. Warm-up, Basics, kleinere Kombinationen mit Dreh-/ und Sprungelementen, sowie Ausdruck und Spass an der Bewegung werden hier gefördert. Ausserdem werden Choreographien auf bekannte Songs populärer Musicals einstudiert.

Orientalisch

Der Bauchtanz ist Sinnlichkeit pur und verzaubert seit Urzeiten die Menschheit. Durch den Orientalischen Tanz werden Lebensfreude und ein neues Körpergefühl erweckt. Im Vordergrund stehen Freude an der Bewegung, der orientalischen Musik und das gemeinsame Tanzerlebnis. Themen sind die sichere Beherrschung des Orientalischen Tanzes mit Haltung und Ausdruck, reizvolle Kombinationen von Schritten und Bewegungen. Sie lernen das ABC der Orientalischen Basistechnik, Basisschritte und Schritt-kombinationen. Durch präzise Körperkontrolle werden Basisisolationen und Grundbewegungen wie Kreise, Achten, Schleifen, Kicks, Drops und Akzente zu Tänzen zusammengesetzt und auf orientalischer Musik angewandt. Anfängerinnen bekommen eine Einführung, für fortgeschrittene Anfängerinnen werden technische Kenntnisse vertieft und der tänzerische Umgang mit dem Raum erlernt. Eine eigene Choreographie wird in den Unterricht eingebaut.

HipHop

Tanz zu Hip-Hop-Beats in verschiedenen Styles mit viel Energie und Leidenschaft. Musikalisch wird das Ganze begleitet von aktuellen Songs aus den Charts oder aus Filmen wie z.B. "Step up" oder "Save the last dance". Die schnellen rhythmischen Bewegungen sind geeignet für Kinder, Jugendliche und Erwachsene Tänzerinnen und Tänzer, die hier mit viel Spass und den neuesten Moves einen Einstieg in die Tanzwelt finden können. Dabei wird neben Musikalität, Koordination und Kraft auch speziellen Wert auf persönliche Ausdrucksstärke gelegt. Styles sowie Lyrical, Popping oder Locking werden erlernt. Warm-up, Stretching, Ground, Sprung- und Drehtechnik, sowie individuelle Choreographien - dieser Kurs zeigt Dir wie es geht, stärkt Dein Selbstvertrauen und deine Bühnenpräsenz.

- Kurse für Kinder ab 7 Jahre
- Kurse für Jugendliche ab 14 Jahre
- Kurse für Erwachsene ab 18 Jahre

Dancehall

Dancehall ist eigentlich eine auf Reggae aufbauende Musikrichtung, die Ähnlichkeiten mit HipHop hat. Ursprünglich bezeichnete der Begriff Dancehall keine eigenständige Tanzstilrichtung, sondern einfach die Musik, die in den jamaikanischen Dancehalls gespielt wurde. Der Tanz ist sehr dynamisch und mit Power geladen, in diesem Kurs werden die Grundschritte beigebracht sowie Choreographien zu bekannter Dancehall / Reggae Musik. Kurse für Jugendliche ab 16 Jahre und Erwachsene