

Garde, Show & More in Stollberg/Erzgebirge

Samstag, 09. Mai & Sonntag 10. Mai 2020

Workshop-Ort:
Carl-von-Bach Gymnasium
Uhlmannstraße 1
09366 Stollberg/Erzgebirge

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
09:00 - 09:30 Uhr	Ausdauertraining T.A.N.Z. Hier werdet Ihr fit gemacht. Power & Kraft für einen tollen Gardetanz. Für alle! Dominique Scholz	Ultimatives Akro Warm-up Turnspezifische Erwärmung und Kräftigung für die Akrobatik im karnevalistischen Tanzsport für Tänzer und Trainer. Saskia Lehmann	Alle Schautänzer wach? Das Spaßundwerdemunter-Warm-up nach fetziger Musik mit viel Spaß speziell für den Schautanz. Carolin Wageck
09:45 - 10:45 Uhr	Gardetanz Freestyle Ein kreativer Mix von Schritten, Kombinationen, leichten Drehungen und mehr. Anfänger bis Mittelstufe Dominique Scholz	Akrobatik: Rad bis Radvariationen Rad rechts und links. Einarmiges Rad sowie diverse effektvolle Radvariationen. Durchführen, abändern, variieren! Teilnehmervoraussetzung: ein gutes Rad Saskia Lehmann	Karnevalistischer Schautanz Up to Date Unsere Dozenten sind unsere Trendscouts im Schautanz. Aktuell, hin- und mitreißend! Ein großer Spaß. Anfänger bis Mittelstufe Carolin Wageck
11:00 - 12:00 Uhr	Gardetanz Gruppen Up to Date! Außergewöhnliche und moderne Schritte im Gardetanz. Schritte und Elemente der besonderen Art für einen wirkungsvollen Tanz. Mittelstufe Dominique Scholz	Akrobatik: Bogengang bis Variationen Bogengangelemente werden korrigiert und Techniken verbessert. Durchführen, abändern! Teilnehmervoraussetzungen: Handstand, Sprungkraft, Spagat, Bogengang Saskia Lehmann	80's Schautanz-Mix Schautanztaugliche Schritte nach den grandiosen Hits und im Stil der 80er. Partystimmung pur. Mittelstufe Carolin Wageck
12:15 - 13:15 Uhr	PartyGardeMarsch Gardetan z meets Showdance! Showelemente verpackt in Gardeschritte. Mittelstufe bis Fortgeschrittene Dominique Scholz	Absprung zum Abheben Sprungkrafttraining und Spaß am Erfolg. Gebt 100 %! Beißt an und bleibt dran. Für TrainerInnen, Hebemänner und -damen! Dirk Stein	Elegant zu Drehungen & Pirouetten Pirouetten, Drehungen, Punktdrehungen usw. Im Garde- und Schautanz nicht wegzudenken. Wie setze ich an? Technik, Drehungen und Schritte. Anfänger bis Fortgeschritten Carolin Wageck
13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit			
14:00 - 15:00 Uhr	Faszination Battement Beinwürfe in der Reihe – Woweffekt! Jede Menge Wow für Euch! Jede Menge Battements-Variationen verbunden mit Schrittkombinationen. Auch Tipps für Kindergruppen Dominique Scholz	TANZPaarhebungen Medium Level Hebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: zugelassen sind nur gemischte Paare Alter: ab 12 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Dirk Stein	Party Dance – Auf geht's!! Tanz & Choreo. Powerschritte und Moves zu aktuellen Party-Knaller-Hits. Karnevalistischer Schautanz fetzig, rasant und jede Menge Gaudi! Anfänger bis Mittelstufe Saskia Lehmann
15:15 - 16:15 Uhr	Gardetanz Akroelemente & Schrittkombinationen Verschiedene Beispiele und Möglichkeiten von Schrittkombinationen vor und nach einer gezeigten Schwierigkeit. Für Solisten, Tanzpaare und Gruppen! Mittelstufe bis Fortgeschritten Carolin Wageck	Gruppen- & Partnerhebungen nur für Mädels! Anfänger bis Mittelstufe Pyramiden, Posen, Partnerhebungen & Co. Frauenpower PUR! Teilnehmer: Anmeldung als Kleingr. (mind. 3 Pers.) oder als ganze Gruppe möglich Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: keine bis Basiswissen Dirk Stein	Modern Dance-Fever – Tanz & Choreo Die Inspiration für Eure Choreo. Fließende Bewegungen, Drehungen und mehr. Mittelstufe bis Fortgeschritten Saskia Lehmann
16:30 - 17:30 Uhr	Gardetanz und Choreo High Level Traditionell aber effektiv! Choreographie mit Schritten, Drehungen und Sprüngen für Mittelstufe bis Fortgeschritten. Carolin Wageck	Gruppenhebungen für alle! Anfänger bis Mittelstufe Posen, leichte Gruppenhebungen und Pyramiden für gem., weibl. und männl. Gr. Teilnehmer: Anmeldung als Kleingruppe (mind. 3 Pers.) oder als ganze Gr. möglich Alter: ab 8 Jahre (siehe Beschreibung), Vorkenntnisse: Basiswissen Dirk Stein	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! Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt! Saskia Lehmann