



Brandenburger TANZTAGE

KURSPLAN - ERSTELLE DIR DEINEN GANZ PERSÖNLICHEN TANZTAG

29.06.2024
Samstag

	KURS 1	KURS 2	KURS 3
09:00-10:00	Warm up + cool Down Garde/Solisten Theorie Ivonne	Warm Up Garde Praxis Florian	Warm Up Solisten Praxis Lea
10:15-12:15	Garde Choreografie Bilder in der Theorie Ivonne	Basic Schwierigkeiten für Garde und Solisten Praxis Florian & Lea	
Mittagspause			
13:00-14:00	Garde Bilder von Theorie zu Praxis ! Ivonne	Solisten in der Theorie Florian	Dehnen next Level Lea
14:15-15:15	Drehungen Basic für alle Disziplinen Ivonne	Sprünge: methodische Übungsreihen Florian	Garde Schritte - angepasst für alle Altersgruppen Lea
15:30-16:30	Beinwürfe und effektvolle Reihen Ivonne	Akrobatik, Bodenturnen von Radvariationen bis freies Rad Florian	
16:30-17:30			Solisten Schritte Lea
17:45-18:30	Trainerstammtisch Gruppenfragen Ivonne	Trainerstammtisch Solisten Florian	Sportlertreff Lea

30.06.2024
Sonntag

	KURS 1	KURS 2	KURS 3
09:00-10:00	Warm Up Schautanz Lea	Schautanz Themen und Ideen Ivonne	Voraussetzung und Grundlagen zur Körperschulung, Kräftigung und Stabilisation Florian
10:15-11:15	Bogengang methodischer Aufbau / Theorie und Praxis Florian & Ivonne	Schautanz Humoristisch Lea	
11:30-12:30		Schautanz Emotional, Mystisch, Modern Lea	Schwarz - Für Alle
12:45-13:45	Pimp your Spiel, Spiele für unseren Bedarf anpassen Florian	Bühnentaugliches Outfit Ivonne	Grün - Sportler mit Trainer Rot - Für Trainer, Nachwuchstrainer und Co-Trainer