

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2
09:00 - 09:30 Uhr	<p>Warm-up for Gardequeens Ein fetziges Aufwärmprogramm mit viel Musik! Für alle!</p>	<p>Trainerschulung Hebungsspezifisches Grundagentraining für Sprungkraft, Beweglichkeit, optimales Dehnen, Ausdauer, Sicherheit und Vertrauen. Für alle!</p>
09:45 - 10:45 Uhr	<p>Gardetanz Gruppen Up to Date! Außergewöhnliche und moderne Schritte im Gardetanz. Schritte und Elemente der besonderen Art für einen wirkungsvollen Tanz.</p>	<p>TANZHebungen Anfänger/Einsteiger Basishebungen und Posen aus dem Cheerleading, Garde- und Schautanzsport. Für Einsteiger und zur Optimierung von Grundlagen und Techniken. Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: nicht erforderlich, Paarkonstellatation: gemischte sowie weibl. und männl. Paare</p>
11:00 - 12:00 Uhr	<p>Gardetanz Solisten & Paare Up to Date! Schrittelemente, neu entdeckt für Gruppen, Paare und Solisten. Beliebig kombinierbar, faszinierend und außerordentlich attraktiv.</p>	<p>TANZHebungen Medium Level Hebungen für Garde- und Schautanzsport. Alter: ab 12 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen, Paarkonstellatation: gemischte Paare</p>
12:15 - 13:15 Uhr	<p>Gardetanz Grundlagen Die große Schrittevielfalt – schöne Schritte leicht vertanz für Anfänger bis Mittelstufe.</p>	<p>TANZHebungen High Level Effektvolle Tanzpaarhebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: nur gem. Paare, Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: gute bis sehr gute Erfahrungen</p>
<p>13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit</p>		
14:00 - 15:00 Uhr	<p>Gardetanz und Choreo Choreographieelemente mit Schritten und schönen Beinwurfkombinationen. Anfänger bis Mittelstufe</p>	<p>TANZHebungen – DAS Training! Spannung – Sprungkraft – Schnelligkeit – Kraft DAS Training: Gezielt und unter gesundheitlichen Aspekten. Vorkenntnisse: nicht erforderlich</p>
15:15 - 16:15 Uhr	<p>Gardetanz: Symphonie Eine anspruchsvolle Choreographie mit typischen Gardeelementen verschmelzen lebendig und harmonisch mit der Musik. Mittelstufe bis Fortgeschrittene</p>	<p>Cheerleading Partnerstunts Anfänger/Einsteiger Original Partnerstunts aus dem Cheerleading für Garde- und Schautanz. Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: keine bis Basiswissen, Teilnehmer: gem., weibl. und männl. Paare</p>
16:30 - 17:30 Uhr	<p>Ballett meets Gardetanz Basics, Grundlagen und Techniken im Gardetanz. Übungen zur Verbesserung der Haltung und Kräftigungsübungen. Ideal und perfekt für Trainer und Betreuer.</p>	<p>TANZHebungs-Boot-Camp Hebungen Unlimited – Geh an deine Grenzen und probiere aus was du immer schon wolltest. Alter: ab 14 Jahre, Gute Vorkenntnisse: zwingend erforderlich! Paarkonstellatation: ausschl. gemischte Paare</p>

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2
09:00 - 09:30 Uhr	<p>Alle Schautänzer wach? Das Spaßundwerdemunter-Warm-up nach fetziger Musik mit viel Spaß speziell für den Schautanz.</p>	<p>Trainerschulung Hebungsspezifisches Grundagentraining für Sprungkraft, Beweglichkeit, optimales Dehnen, Ausdauer, Sicherheit und Vertrauen. Für alle!</p>
09:45 - 10:45 Uhr	<p>Karnevalistischer Schautanz Fröhliche Tanzelemente nach bekannter Musik die für den Schautanz geeignet sind. Anfänger, Kids & Teens</p>	<p>Gruppenhebungen nur für gem. Gruppen Anfänger bis Mittelstufe Teilnehmer: Anmeldung als Kleingruppe (mind. 3 Personen) oder als ganze Gruppe möglich, Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: Basiswissen, Paarkonstellation: ausschl. gemischte Paare</p>
11:00 - 12:00 Uhr	<p>ChartMoves Moderne und interessante Schrittfolgen aus aktuellen Videos, die sich für jeden Schautanz hervorragend eignen. Mittelstufe bis Fortgeschrittene</p>	<p>Gruppenhebungen nur für gem. Gruppen Mittelstufe bis Fortgeschrittene Teilnehmer: Anmeldung als Kleingruppe (mind. 3 Personen) oder als ganze Gruppe möglich, Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: zwingend erforderlich, Paarkonstellation: ausschl. gemischte Paare</p>
12:15 - 13:15 Uhr	<p>Musical & ShowDance Elemente aus bekannten Musicals die für den Schautanz geeignet sind.</p>	<p>Gruppenhebungen für Kids & Teens Mindestens 3 Teilnehmer pro angemeldete Gruppe Alter: ab 6 Jahre Vorkenntnisse: Basiswissen</p>
<p>13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit</p>		
14:00 - 15:00 Uhr	<p>Modern Showdance – Basics Modern, aktuell und trendig. Schautanztaugliche Schritt- und Armbkombinationen für Anfänger nonstop.</p>	<p>Gruppen- & Partnerhebungen nur für Mädels! Anfänger bis Mittelstufe Pyramiden, Posen, Partnerhebungen & Co. Frauenpower PUR! Teilnehmer: Anmeldung als Kleingruppe (mind. 3 Personen) oder als ganze Gruppe möglich Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: keine bis Basiswissen</p>
15:15 - 16:15 Uhr	<p>JazzDance & Show Basis Elemente und Choreografie für eine atemberaubende Bühnenshow.</p>	<p>Gruppen- & Partnerhebungen nur für Mädels! Medium – High Level Pyramiden, Posen, Partnerhebungen & Co. Frauenpower PUR! Teilnehmer: Anmeldung als Kleingruppe (mind. 3 Personen) oder als ganze Gruppe möglich Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen</p>
16:30 - 17:30 Uhr	<p>Karnevalistischer Schautanz Up to Date Unsere Dozenten sind unsere Trendscouts im Schautanz. Aktuell, hin- und mitreißend! Ein großer Spaß. Anfänger bis Mittelstufe</p>	<p>Cheerleading Gruppenstunts Medium – High Level Höher – Größer – Weiter! Nur gem. Gruppen Mindestens 3 Teilnehmer pro angemeldete Gruppe Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen</p>