

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
09:00 - 09:30 Uhr	Warm-up Garde Ein fetziges Aufwärmprogramm mit viel Musik! Für alle! Luisa Braun	Ultimatives Akro Warm-up Turnspezifische Erwärmung und Kräftigung für die Akrobatik im karnevalistischen Tanzsport für Tänzer und Trainer. Dennis Kemptner	Warm-up for Showdance Das richtige Aufwärmen muss sein, speziell ausgerichtet für den Schautanz! Für alle! Lukas Neidlein
09:45 - 10:45 Uhr	Gardetanz Gruppen Up to Date! Außergewöhnliche und moderne Schritte im Gardetanz. Schritte und Elemente der besonderen Art für einen wirkungsvollen Tanz. Luisa Braun	Rad bis Radvariationen Rad rechts und links. Einarbiges Rad sowie diverse effektvolle Radvariationen. Durchführen, abändern, variieren! Voraussetzungen: gutes Rad Dennis Kemptner	Karnevalistischer Schautanz Up to Date! Unsere Dozenten sind unsere Trendscouts im Schautanz. Aktuell, hin- und mitreißend! Ein großer Spaß. Mittelstufe bis Fortgeschrittene! Lukas Neidlein
11:00 - 12:00 Uhr	Gardetanz Solisten & Paare Up to Date! Schrittelemente, neu entdeckt für Gruppen, Paare und Solisten. Beliebig kombinierbar, faszinierend und außerordentlich attraktiv. Luisa Braun	Akrobatik: Freies Rad Hilfestellung und methodischer Übungsablauf. Bitte unbedingt beachten! Voraussetzungen: Perfektes Rad, Spagat beidseitig Dennis Kemptner	ChartMoves Moderne und interessante Schrittfolgen aus aktuellen Videos, die sich für jeden Schautanz hervorragend eignen. Mittelstufe bis Fortgeschrittene Lukas Neidlein
12:15 - 13:15 Uhr	Schwierigkeiten und Schrittkombinationen für einen Gardetanz Verschiedene Beispiele u. Möglichkeiten von Schrittkombinationen vor u. nach einer gezeigten Schwierigkeit. Mittelstufe bis Fortgeschrittene Luisa Braun	Akrobatik von 0 bis Bogengang Erste Übungen zum Erlernen des Bogengangs. Heranführen, sichern, helfen! Voraussetzungen: Rad / flüchtiger Handstand Dennis Kemptner	Intensive Dehnung – Cool on Stage Intensive Dehnung, Beweglichkeits- und Mobilisationstraining wie Ihr zum richtigen Spagat und hohe Battements kommt. Theorie und Praxis für Trainer, Tänzer und Betreuer. Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt! Lukas Neidlein
13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit			
14:00 - 15:00 Uhr	Faszination Battement NEUER KURS Beinwurf /Beinschlag = Battement. Eines der wichtigsten und auch schönsten Tanzelemente für alle GardetänzerInnen, Tanzmariechen und Paartänzer. Luisa Braun	Akrobatik: Bogengang bis Variationen Bogengangelemente werden korrigiert und Techniken verbessert. Durchführen, abändern! Vorkenntnisse: Handstand, Sprungkraft, Brücke ohne Hilfe, Bogengang Dennis Kemptner	Tanz-Sprungbrett Zahlreiche Übungen u. Technik für Tanzsprünge. Glocken-, Spagat-, Grätschsprung uvm. Auch Tipps für kindgerechtes Training. Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt! Lukas Neidlein
15:15 - 16:15 Uhr	Gardetanz Schrittkombinationen Nr. 1 Einfache Tanzelemente, leicht vertanz! Besonders für Jugend und Kinder sowie Anfänger und Trainer. Luisa Braun	Akrobatik: Feier Bogengang Hilfestellung und methodischer Übungsablauf. Bitte unbedingt beachten: Vorkenntnisse: Rad mit Anlauf, freier Spagat, Bogengang vorwärts/rückwärts. Dennis Kemptner	BodyTalk „Tanz“ Lasst Euren Körper sprechen. Lernt wie Text, Musik und Tanz eins werden. Für Garde- und Schautänzer. Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt! Lukas Neidlein
16:30 - 17:30 Uhr	Gardetanz und Choreo High Level Traditionell aber effektiv! Choreographie mit Schritten, Drehungen und Sprüngen für Mittelstufe bis Fortgeschrittene. Luisa Braun	Akrobatik: Von 0 bis Flick Flack & Co. Erste Übungen und Erlernen von Techniken für Flick Flack & Co. Heranführen, sichern, helfen! Voraussetzungen: Handstand, Radwende, Brücke Einturnen: Anfänger/Mittelstufe/Fortgeschr. Dennis Kemptner	Schautanz mit kleiner Choreo Schautanztaugliche Schritte und Ideen für den perfekten Schautanz. Ihr erlernt neue Elemente und Ideen für Euren perfekten Tanz incl. einer kleinen Choreo. Anfänger bis Mittelstufe Lukas Neidlein