

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
09:00 - 09:30 Uhr	Warm-up Gardequeens Ein fetziges Aufwärmprogramm mit viel Musik! Für alle! Katharina Theil	Hebungs-Workout Hebungsspezifisches Grundlagen-Workout für Sprungkraft und Beweglichkeit. Für alle! Cornell Joekel	Warm-up for Showdance Das richtige Aufwärmen muss sein, speziell ausgerichtet für den Schautanz! Für alle! Fritz Werner
09:45 - 10:45 Uhr	Gardetanz Solisten & Paare Up to Date! Schrittelemente, neu entdeckt für Paare und Solisten. Beliebige kombinierbar, faszinierend und außerordentlich attraktiv. Katharina Theil	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 Paarkonstellation: gemischte sowie weibl. und männl. Paare Cornell Joekel	Karnevalistischer Schautanz Fröhliche Tanzelemente nach bekannter und aktueller Musik die für den Schautanz geeignet sind. Anfänger, Kids & Teens Fritz Werner
11:00 - 12:00 Uhr	Faszination Battement Beinwürfe in der Reihe – Woweffekt! Jede Menge Wow für Euch! Jede Menge Battements-Variationen verbunden mit Schrittkombinationen. Auch Tipps für Kindergruppen. Katharina Theil	TANZHebungen Medium Level Hebungen für Garde- und Schautanzsport. Alter: ab 12 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen Paarkonstellation: gemischte Paare Cornell Joekel	Karnevalistischer Schautanz Up to Date! Unsere Dozenten sind unsere Trendscouts im Schautanz. Aktuell, hin- und mitreißend! Ein großer Spaß. Mittelstufe bis Fortgeschrittene! Fritz Werner
12:15 - 13:15 Uhr	Gardetanz Gruppen Up to Date! Außergewöhnliche und moderne Schritte im Gardetanz. Schritte und Elemente der besonderen Art für einen wirkungsvollen Tanz. Katharina Theil	TANZHebungen High Level Effektvolle Tanzpaarhebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: nur gem. Paare, Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: gute bis sehr gute Erfahrungen Cornell Joekel	Elegant zu Drehungen & Pirouetten Pirouetten, Drehungen, Punktdrehungen usw. Im Garde- und Schautanz nicht wegzudenken. Wie setze ich an? Technik, Drehungen und Schritte. Anfänger bis Fortgeschrittene Fritz Werner
13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit			
14:00 - 15:00 Uhr	Gardetanz ClassiCo Die große Schrittvelfalt non Stopp! Elegant, traditionell, klassisch und Topaktuell! Mittelstufe bis Fortgeschrittene Katharina Theil	Gruppenhebungen für alle! Anfänger bis Mittelstufe Posen, leichte Gruppenhebungen und Pyramiden für gem., weibl. und männl. Gr. Teilnehmer: Anmeldung als Kleingr.(mind. 3 Per.) oder als ganze Gr. möglich Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: Basiswissen Cornell Joekel	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! Fritz Werner
15:15 - 16:15 Uhr	Tanz-SprungBrett Zahlreiche Übungen u. Technik für Tanzsprünge. Glocken-, Spagat-, Grätschsprung uvm. Auch Tipps für kindgerechtes Training. Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt! Katharina Theil	Gruppenhebungen nur für gem. Gruppen Mittelstufe bis Fortgeschrittene Pyramiden, Bilder, Würfe und Techniken für Cheerleading, Schautanz & Gardetanz Teilnehmer: Anm. als Kleingr. (mind. 3 Per.) o. als ganze Gr. möglich, Alter: ab 14 J., Vorkenntnisse: zwingend erforderlich, Paarkonstellation: ausschl. gem. Paare Cornell Joekel	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 Fritz Werner
16:30 - 17:30 Uhr	Akrobatik von 0 bis Bogengang Erste Übungen zum Erlernen des Bogengangs. Heranführen, sichern, helfen! Voraussetzungen: Rad / flüchtiger Handstand Katharina Theil	Viel Spaß bei Euren Lieblingskursen!	
			Rad bis Radvariationen Rad rechts und links. Einarmiges Rad sowie diverse effektvolle Radvariationen. Durchführen, abändern, variieren! Voraussetzungen: gutes Rad! Fritz Werner