

Komm & Tanz in Oberschleißheim - 30. Juni 2024

Narrhalle Oberschleißheim e.V.

Sporthalle am Hallenbad, Prof. –Otto –Hupp-Str. 26 b, 85764 Oberschleißheim

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2	Fläche 3
9:00 – 9:30	Warm-Up Garde Ein fetziges Aufwärmprogramm mit viel Musik! Für alle!	Warm-Up – Stand-Up Intensives Kurz-Warm-up für Tanzhebungen aller Art.	Warm-Up for Showdance Das richtige Aufwärmen muss sein, speziell ausgerichtet für den Schautanz! Für alle!
9:45 – 10:45	Gardetanz Gruppen Up to Date! Außergewöhnliche und moderne Schritte im Gardetanz. Schritte und Elemente der besonderen Art für einen wirkungsvollen Tanz. Mittelstufe	TANZPaarhebungen Anfänger /Einsteiger Basishebungen und Posen aus dem Cheerleading, Garde- und Schautanzsport. Für Einsteiger und zur Optimierung von Grundlagen und Techniken. Teilnehmer: zugelassen sind gem., weibl. und männl. Paare Alter: ab 8 Jahre Vorkenntnisse: nicht erforderlich	JazzDance & Show Basis Elemente und eine kleine Choreografie für eine atemberaubende Bühnenshow. Anfänger bis Mittelstufe
11:00 – 12:00	Solisten, Paare & Smalgroups Up to Date Schrittelemente, neu entdeckt für Gruppen, Paare und Solisten. Beliebig kombinierbar, faszinierend und außerordentlich attraktiv.	TANZPaarhebungen Medium Level Hebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: zugelassen sind nur gemischte Paare Alter: ab 12 Jahre Vorkenntnisse: gutes Basiswissen	Männerballette aufgepasst! Tanz, Spaß und viele Ideen für Euren Auftritt. Macht Euch cool und modern ans Werk. Elegant, anmutig, sexy oder komisch. Alles ist großartig.
12:15 – 13:15	Kids & Teens Dance Einfache Schritte und Posen Mit Fantasie und Kreativität Schritte vermitteln. Teilnehmer: Trainer sowie Kids & Teens mit Vorkenntnissen	TANZPaarhebungen High Level Effektvolle Tanzpaarhebungen für Garde- und Schautanzsport. Teilnehmer: zugelassen sind nur gem. Paare Alter: ab 14 Jahre Vorkenntnisse: gute bis sehr gute Erfahrungen	Bodywork Spagat und Beinwürfe – Spagat lernen sowie hohe Beinwürfe? Worauf musst Du achten? Körperwahrnehmung bei Kindern und Erwachsenen. Ganz gezielte Übungen! Für alle! Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt!
13:15 – 14:00	Mittagspause		
14:00 – 15:00	Tanz-SprungBrett Zahlreiche Übungen u. Technik für Tanzsprünge. Glocken-, Spagat-, Grätschsprung uvm. Auch Tipps für kindgerechtes Training. Zuschauer sind in diesem Kurs nicht erlaubt.	Cheerleading Gruppen- & Partnerstunts Anfänger/Mittelstufe Grundlagen und Techniken für Cheerleading, Schautanz & Gardetanz Mindestens 3 Teilnehmer pro angemeldete Gruppe Alter: ab 8 Jahre Vorkenntnisse: keine bis Basiswissen Zugelassen sind gem., weibl. und männl. Gruppen	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
15:15 – 16:15	Faszination Battement Beinwürfe in der Reihe – Woweffekt! Jede Menge Wow für Euch! Jede Menge Battements-Variationen verbunden mit Schrittkombinationen. Auch Tipps für Kindergruppen	Gruppenhebungen für alle! Anfänger bis Mittelstufe Posen, leichte Gruppenhebungen und Pyramiden für gem., weibl. und männl. Gruppen. Technik / Auf- u. Abgänge. Teilnehmer: Anmeldung als Kleingruppe (mind. 3 Personen) oder als ganze Gruppe möglich Alter: ab 8 Jahre (siehe Beschreibung) Vorkenntnisse: Basiswissen	ShowDance „Simple Steps“ Einfache aber effektvolle Tanzschritte, Armbewegungen und Bildwechsel für Anfänger und Jugendliche.
16:30 – 17:30	Gardetanz und Choreo High Level Traditionell aber effektiv!! Choreographie mit Schritten, Drehungen und Sprüngen für Mittelstufe bis Fortgeschritten	Gruppenhebungen nur für gem. Gruppen Mittelstufe bis Fortgeschrittene Pyramiden, Bilder, Würfe, Auf- u. Abgänge. Techniken für Cheerleading, Schautanz & Gardetanz Teilnehmer: Anmeldung als Kleingruppe (mind. 3 Personen) oder als ganze Gruppe möglich Zugelassen sind ausschl. gem. Gruppen Alter: ab 14 Jahre Vorkenntnisse: zwingend erforderlich	Karnevalistischer Schautanz Up to Date Unsere Dozenten sind unsere Trendscouts im Schautanz. Aktuell, hin- und mitreißend! Ein großer Spaß. Anfänger bis Mittelstufe