

****GTA Tanz****

Tanzen ist Träumen mit den Füßen. Ganz nach dieser Idee, möchte ich mit euch den GTA TANZ KURS gestalten.

Wichtig ist mir dabei ein intensives Training, bei dem alle Muskelpartien angesprochen werden, denn nicht nur die Füße sind für das Tanzen wichtig. Eine ausgiebige Aufwärmung spricht alle Muskelpartien an, die man für das Tanzen braucht. Das sind neben den Füßen, die Arm-, Bauch- und Beinmuskulatur. Wichtig ist es auch, sich vor „dem richtigen Tanzen“ zu dehnen, denn nur so kann man alle Bewegungen ohne Folgeverletzungen ausführen.

Im Anschluss möchte ich den Fokus auf das Erlernen von Choreographien legen, bzw. euch die Chance geben, selbst eigene zu entwickeln. Dabei ist mir beim Tanzen der Teamgeist unheimlich wichtig. Dieses Gefühl kann nur entstehen, wenn ihr regelmäßig zum Training kommt.

Gemeinsam erlernen wir Koordination, Motorik, Schrittfolgen verschiedener Tanzstile und Synchronität, denn Tanzen verbindet. Jeder ist willkommen, der Lust hat mit anderen das Tanzbein zu schwingen, egal ob du schon mal getanzt hast oder keine Erfahrung mitbringst, ich freue mich auf dich!

Ich habe in meiner Tanzlaufbahn vor allem Kontakt mit den Tanzstilen: Modern Dance/Jazz/Zeitgenössisch, Hip Hop und Dancehall gehabt. Diese Tanzstile möchte ich euch näher bringen und euch die Basic-Moves dieser Tanzrichtungen zeigen. Deswegen werden wir uns auch einzelne Techniken der verschiedenen Tanzstile kennenlernen, um ein Gefühl für die verschiedenen Stile zu bekommen.

Wenn es uns möglich ist, wäre es wieder ein gebührender Abschluss, unsere einstudierten Tänze für die Schule auf einem Schulfest zu präsentieren. So kannst du erste Bühnenerfahrung sammeln.

Ich freue mich, euch einen Teil von meiner Leidenschaft und Begeisterung zum Tanzen weiterzugeben und gemeinsam kreativ zu werden.

Eure Stella

Ort: Aula

Zeit: Fr: 13.40-15.10 Uhr

Dauer: 90 min

Klasse: 5-10

Anzahl: 6-20

