

Lern' doch mal...

QiGong
dancit
 by Christian Polanc

Orientalischen Tanz
 chinesischen
Fitnessstanz

Discofox
Hatha Yoga ... kennen!

Lern' doch mal ... kennen!

Unter diesem Motto lädt der Landestanzsportverband Berlin alle Tanzsportler*innen – ob Breiten-, Freizeit- oder Leistungssport – der Berliner Tanzsportvereine zu Online-Schnupper-Angeboten ein.

	Termin	Titel / Referent*in	
Mo	17.05.2021 19:30 - 21:00 Uhr	QiGong <i>Sebastian Kaliszczyk</i>	Energie und Balance Übungen für Tänzer*innen unter Berücksichtigung von Atmung, Dehnung und Muskelaufbau
Di	18.05.2021 19:30 - 20:30 Uhr	Single dance - dancit ® <i>Ilona Beer</i>	Tanzfitness für Tänzer*innen nach dem aus let's dance bekannten Christian Polanc
Di	25.05.2021 19:30 - 21:00 Uhr	Hatha Yoga <i>Ilona Beer</i>	Yoga, eine Kombination aus Körper- und Atemübungen, die nicht gesünder für Körper und Geist sein könnten. Ganz besonders für Tänzer*Innen das perfekte Gegenspiel! Anfänger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen
Mo	31.05.2021 19:30 - 20:30 Uhr	Discofox <i>Michael Putzolu</i>	
Do	03.06.2021 19:30 - 21:00 Uhr	Orientalischer Tanz <i>Catherine Mancera</i>	oriental basics and combinations moves to drums
Mo	07.06.2021 19:30 - 20:30 Uhr	Discofox <i>Michael Putzolu</i>	
Fr	11.06.2021 19:30 - 21:00 Uhr	Chinesischer Fitnessstanz <i>Jie Yu</i>	Im Unterricht übt Jie Yu mit der Gruppe elementare Bewegungen, Positionen und Tanzschritte aus klassischem Ballett, Modernen Tanz, besonders traditionellem chinesischem Tanz und chinesischem Fitnessstanz.
Mo	14.06.2021 19:30 - 20:30 Uhr	Discofox <i>Michael Putzolu</i>	

Anmeldung

Bis jeweils 9:00 Uhr am Vortag des Schnupper-Workshops an info@ltv-berlin.de unter Angabe von Vor- und Nachname, Workshopitel, Verein.

Die Einwahldaten zu den einzelnen Seminaren werden am jeweilige Termin an die in der Anmeldung angegebene Mailadresse gesendet.