

Samstag, 10. Oktober 2026

10:00 - 11:30 Uhr

Standardtänze I Breitensportler

Wir erlernen eine kurze für Breitensportler geeignete Folge in einem Standardtanz. Besonderes Augenmerk liegt auf dem Erlernen der Tanztechnik und dem Partnering.

10:00 - 11:30 Uhr

Jazzdance

Du liebst Musik und Bewegung, möchtest dich auspowern und gleichzeitig kreativ sein? Dann entdecke die faszinierende Welt des Jazz Dance! Kraftvolle Sprünge, dynamische Drehungen, mitreißende Rhythmen und ausdrucksstarke Choreografien machen diese Tanzart zu einem echten Erlebnis.

Jazz verbindet Technik mit Gefühl und bietet Raum für Persönlichkeit und Bühnenpräsenz. Lass dich von der Energie anstecken und probiere etwas Neues aus, vielleicht steckt in dir ja bereits ein echter Jazz-Tänzer oder eine echte Jazz-Tänzerin!

11:45 - 13:15 Uhr

Lateintänze I Breitensportler

Wir erlernen eine kurze für Breitensportler geeignete Folge in einem Lateintanz. Besonderes Augenmerk liegt auf dem Erlernen der Tanztechnik und dem Partnering.

11:45 - 13:15 Uhr

Modern/Contemporary

Fließende Bewegungen, Emotionen und grenzenlose Kreativität - Modern/Contemporary eröffnet einen ganz besonderen Zugang zum Tanz. Die Tanzart lebt von Ausdruck, Musikalität und dem Wechsel zwischen Kraft und Leichtigkeit. Hier geht es nicht nur um Technik, sondern auch darum, Geschichten zu erzählen und die eigene Persönlichkeit in Bewegung sichtbar zu machen. Ob du bereits Tanzerfahrung hast oder einfach neugierig bist, lass dich inspirieren und entdecke eine Tanzform, die bewegt, berührt und begeistert.

13:45 - 15:15 Uhr

Bachata

Bachata ist ein gefühlvoller Paartanz aus der Dominikanischen Republik, der heute weltweit, auch in Berlin, sehr beliebt ist. Mit seiner eingängigen Musik, den fließenden Bewegungen und der entspannten Atmosphäre macht dieser Tanz besonders viel Spaß. In diesem Workshop lernst du die Grundschrirte, einfache Figuren und ein erstes Gefühl für Bachata.

15:30 - 17:00 Uhr

Tango Argentino - Milonga

Milonga Tango im 2/4 Takt

„Einfachzeiten versus Doppelzeiten – Traspie“

Zusammen mit Euch erarbeiten wir die unterschiedlichen Rhythmusvarianten in der Milonga! Einfach-/ und Doppelzeiten stehen im Vordergrund! Mit einfachen Kombinationen fangen wir an und steigern die Komplexität je nach Niveau der Teilnehmer. Wie auch im Vals versuchen wir hierbei auf die Phrase der Musik zu tanzen!

Vorkenntnisse sind nicht notwendig, aber wünschenswert!

Wir freuen uns auf Euch.

13:45 - 15:15 Uhr

Tango Argentino - Vals

Valsesito Tango im ¾ Takt

„Tanzen auf dem Rhythmus in musikalischen 8er und 16er Phrasen“

Zusammen erarbeiten wir mit Euch 4 – 5 Kombinationen im Vals bestehend aus 8 und 16 Takten. Hierbei vereinen wir Grundtechniken wie Base, Ochos, Ocho Cortado und Drehungen mit rhythmischen Varianten! Wir geben Euch einen Baukasten um entspannt Vals zu tanzen, ohne nachzudenken das Ende einer Phrase zu treffen der Möglichkeit zu Verzerrungen zu haben.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig, aber wünschenswert!

Wir freuen uns auf Euch.

15:30 - 17:00 Uhr

DTSA - Lizenzerhalt

Der Workshop dient dem Lizenzerhalt und du kannst damit auch eine eigene Abnehmerlizenz erwerben. Neben Grundlagen wird auch der Ablauf einer Abnahme simuliert. Außerdem dient der Workshop dem Austausch und es werden Informationen über Neuigkeiten gegeben.

Sonntag, 13.11.2022

10:00 - 11:30 Uhr

Standardtänze II Breitensportler

Wir erlernen eine kurze für Breitensportler geeignete Folge in einem weiteren Standardtanz. Auch hier liegt der Schwerpunkt auf dem Erlernen der Tanztechnik und dem Partnering.

10:00 - 13:15 Uhr

Personality is the Key

Warum Menschen nicht wegen der Schritte bleiben

10:00 - 13:15 Uhr

Prävention interpersonelle Gewalt / Kinderschutz

90 Minuten Kinderschutz – Themen aus dem Vereins- und Turniergeschehen.

11:45 - 13:15 Uhr

Lateintänze II Breitensportler

Wir erlernen eine kurze für Breitensportler geeignete Folge in einem weiteren Lateintanz. Auch hier liegt der Schwerpunkt auf dem Erlernen der Tanztechnik und dem Partnering.

11:45 - 13:15 Uhr

Kinder bewegen – Kinder begeistern

Erfolgreiche Bewegungsangebote für Kinder im Breitensport.

13:45 - 15:15 Uhr

Disco Fox

Der Discofox ist ein Führungstanz. Für besseres Führen und folgen erlernen bzw. wiederholen wir zunächst verschiedene Bewegungsrichtungen des Grundschritts, in klassischer Tanzhaltung, Swing-Tanzhaltung und Doppel-/Einzelhand-Tanzhaltung und dem Wechseln zwischen den verschiedenen Tanzhaltungen. Wir üben dies praktisch, gern mit wechselnden Rollen Führend und Folgend.

Praktisch anwendbare Figuren werden vorgestellt und die verschiedenen Drehprinzipien anhand der Module erläutert und in kurzen Choreografien praktisch geübt.

Je nach Fortschritt im Rahmen des Workshops sollen auch die Unterschiede zwischen 3-er und 4-er Grundschritt (Europäischer DF / Hustle) und die Dynamisierungsmöglichkeiten mit dem 4-er Grundschritt erläutert werden.

Ziel ist es, dass die Teilnehmenden am Ende des Workshops gemeinsam zu einem Song Discofox tanzen und die Führenden durch erlernte Techniken das Tanzpaar spontan führen können.

13:45 - 15:15 Uhr

Drums Alive® – Bewegung, Rhythmus und Motivation

Ein Erlebnis für jede Altersgruppe.

15:30 - 17:00 Uhr

Inklusion

Zielgruppe sind Trainer:innen und interessierte Tänzer, die selbst sehbehindert sind oder sehend sind und mit sehbehinderten Menschen tanzen möchten.

Anhand von grundlegenden Beispielen in 1-2 Tänzen wird vermittelt, wie Tanzschritte gemeinsam mit blinden und sehbehinderten Tänzern erarbeitet werden können.

Die Teilnahme an dem Workshop erfordert die Bereitschaft, Körperkontakt mit anderen Teilnehmenden bzw. Trainer:in zuzulassen. So können die zu erlernenden Körperbewegungen gespürt bzw. ertastet werden.

Die sehenden Teilnehmenden werden gebeten, einen Teil der Workshop-Zeit eine Simulationsbrille aufzusetzen, die das Sehvermögen um ca. 90% reduziert, um einen Einblick in das Erleben aus der Perspektive eines Sehbehinderten zu erhalten.

Ziel ist es, am Ende des Workshops mit allen Teilnehmenden die Grundschrte zu einem oder ggf. zwei Tänzen gemeinsam zu tanzen.

15:30 - 17:00 Uhr

Solo Latein

Das im Jahr 2022 gestartete Pilotprojekt

Solo/Duo/Small Group in den Turnierarten Standard und Latein wird immer intensiver genutzt. Wie diese Wettbewerbsform funktioniert und was es dabei zu beachten gibt, darüber klärt der Workshop am Beispiel „Solo Latein“ auf.