

Tanz mit - bleib Fit

Workshop 2024



Tanja und Dimi S-Latein / S-Standard aktives Turniertänzer Paar, mehrmalige Vizelandesmeister in der Latein Sektion, Er ist langjähriger Trainer in der TSA und will zusammen mit seiner Tanja Euch jetzt die Tänze näher bringen die in den Kursen meist zu kurz kommen. Es werden Figuren, Technik, Themen und Details rund ums Tanzen durchgenommen. Im Vordergrund steht jedoch wie immer der Spaß.

Samstag 13.04.2024

Wo: TSA des TSV Schmiden: Wilhelm Strähle Str. 13, 70736 Fellbach in Tanzsaal 1

Wann: Beginn ist um 11.30 Uhr geplant.

Kosten: Pro Person 15 Euro für 3 Stunden pure Lebensfreude, tolle Figuren, viel Bewegung und eine Menge Spaß 😊

Was sollte ich mitbringen: Freude an Bewegung, bequeme Kleidung, Leggings, Rock, Hose, Tanzschuhe, aber auch saubere Turnschuhe für unser Warm Up, eigene Yogamatte (falls vorhanden) sonst gibt es welche im Saal mit einem eigenen Handtuch nutzbar.

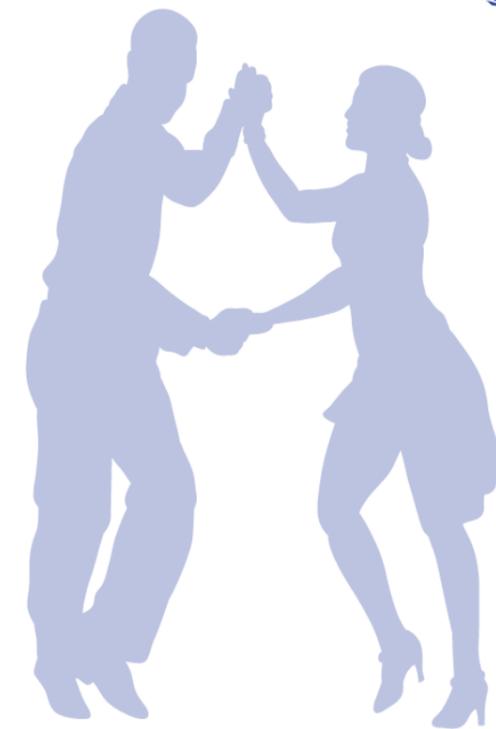
Zeitplan: 20 - 25 min.: Warm Up (mit lateinamerikanischen Rhythmen)

25 – 30 min.: spez. Dehnen (vorbeugen von Verletzungen und verbessert die Beweglichkeit)

1,5 Stunden: Disco Fox - Figuren und Technik

ca. 30 min.: Merengue - Grundschrift / Figuren

Weitere Workshops mit verschiedenen Themen aus Latein und Standardtänzen wie z.B. Paso Doble, Rumba, Cha Cha, Jive, Slow Fox, Wiener Walzer, Salsa uvm.,



Verbindliche Anmeldung und Fragen bitte nur an:
Trainer Dimi Email: tsvschmiden@online.de

In diesem Workshop können sich alle Paare anmelden die Spaß am Tanzen haben, egal aus welchen Tanzgruppen oder Niveau. Nichtmitglieder können sich ebenfalls anmelden und reinschnuppern.