

Kurse für Junggebliebene 50+

Tanz dich fit! Halt dich fit!

Eine weitere Möglichkeit für Junggebliebene aus dem Kreis, sich fit zu halten, ist das Programm des Bundesverbandes Seniorentanz. Blocktänze, Rundtänze, Squaredance oder auch Gesellschaftstänze werden vermittelt. Seine gesundheitsfördernde Wirkung ist anerkannt und darum werden Aktive von vielen Krankenkassen in ihren Prämienprogrammen auch mit Bonuspunkten belohnt. Dieser Kurs ist auch ohne Tanzpartner buchbar.

17,00 € monatlich pro Person

Mittwoch 17:00 Uhr **BVST3**



Club Agilando

Gymnastik (ohne Bodenübungen) und Tanz zur präventiven Gesunderhaltung. Gerade für „ältere Semester“ gibt es nämlich keine bessere und angenehmere, gesundheitsfördernde Sportart als das Tanzen. Vor allem aber: Es gibt keine wirksamere Möglichkeit, der Demenz entgegen zu wirken als Tanzen! Unbewusst trainiert man beide Gehirnhälften, die logisch denkende und die kreative. Das Lernen von Schritt- und Figurenfolgen im rhythmischen Zusammenhang schult das Gedächtnis intensiv. So ist Tanzen „Gehirnjogging“, eine Barriere gegen das große Vergessen. Dieser Kurs ist auch ohne Tanzpartner buchbar.

17,00 € monatlich pro Person

Montag 14:45 Uhr **CAG1**

Trends & Specials

3 x 1 Stunde 40,-- € pro Person und Stufe

Discofox

Stufe I - Grundkurs

Sonntag	15:00 Uhr	12.08.18	DA7
Mittwoch	18:30 Uhr	29.08.18	DA3
Mittwoch	18:30 Uhr	31.10.18	DA3

Stufe II - Ergänzungskurs

Sonntag	16:00 Uhr	12.08.18	DE7
Mittwoch	18:30 Uhr	19.09.18	DE3
Mittwoch	18:30 Uhr	21.11.18	DE3

Argentinischer Tango

Stufe I - Grundkurs

Montag	21:00 Uhr	29.10.18	TA1
--------	-----------	----------	-----

Stufe II - Ergänzungskurs

Montag	21:00 Uhr	19.11.18	TE3
--------	-----------	----------	-----

Salsa

Stufe I - Grundkurs

Montag	21:00 Uhr	03.09.18	SA1
--------	-----------	----------	-----

Stufe II - Ergänzungskurs

Montag	21:00 Uhr	24.09.18	SE3
--------	-----------	----------	-----

West Coast Swing

Stufe I - Grundkurs

Donnerstag	21:00 Uhr	06.09.18	WA4
Donnerstag	21:00 Uhr	27.09.18	WA14
Donnerstag	21:00 Uhr	08.11.18	WA4

Stufe II - Ergänzungskurs

Donnerstag	21:00 Uhr	29.11.18	WE4
------------	-----------	----------	-----

Veranstaltungen

Über zusätzliche Einzelheiten zu den Tanzparties und den aktuellen Events können Sie sich auf unserer Homepage unter [Veranstaltungen](#) informieren.

TANZEN. KLASSE!



Aug. - Nov. '18



tanz klasse

*michaela holderberg-koch
tanzschule*

Wigeystraße 3 (Needles & Pins)
57368 Lennestadt
Telefon 02761 . 94 39 63
E-mail info@tanzklasse.de
Homepage www.tanzklasse.de





Tanzen für Kinder

Die Tanzklasse bietet für Kinder ab 3 Jahren bis ins jugendliche Alter die verschiedensten Tanzrichtungen an. Unser breites Angebot geht von Ballett bis Breakdance, von Fitnesskursen wie Zumba und Bokwa, über Showdance, Steptanz, Hip Hop / Video-Clip-Dancing, Jazz bis hin zu den Gesellschaftstänzen. Die Tanzklasse bietet Kindern mit Tänzen, Spiel und Spaß die Chance zu gesunder, ganzheitlicher Entwicklung. Bewegung ist nicht nur gesund ist nicht nur gesund, sondern sehr wichtig für die gesamte Entwicklung des Kindes. **Motivationsfaktor Nr. 1: Spaß muss es machen.**

Ab 19,90 € monatlich pro Person

Für Kinder ab 3 Jahre

Mittwoch 14:45 Uhr **KXS3**

Für Kinder ab 6 Jahre

Mittwoch 15:45 Uhr **KS3**

Für Kinder ab 8 Jahre

Montag 16:00 Uhr **KS1**

Teens Dance ab 10 Jahre

Donnerstag 15:45 Uhr **TD4**

Street- & Breakdance für Kinder ab 7 Jahre Only for boys

Donnerstag 14:45 Uhr **KS4**
Bitte um Voranmeldung!

Ballett

29,90 € monatlich pro Person

Für Kinder

Dienstag ab 4 Jahre 15:00 Uhr **BAS2**
Dienstag ab 7 Jahre 16:00 Uhr **BAM2**

Für Jugendliche und Erwachsene

Dienstag Jugendliche 17:30 Uhr **BAL2**

Kurse für Schüler & Jugendliche

Welttanzprogramm I (Grundkurs)

Die optimale Vorbereitung für den Abi- oder Abschlussball. Ihr habt Spaß nette Leute zu treffen, steht auf aktuelle Musik und wollt nicht dumm herum stehen während andere sich auf der Tanzfläche vergnügen? Dann seid Ihr hier genau richtig!

6 x 1,5 Stunden 68,-- € pro Person
Donnerstag 19:30 Uhr 06.09.18 **JA4**

Street- & Breakdance ab 12 Jahre

Ab 19,90 € monatlich pro Person

Montag 17:00 Uhr **SB1**

Video-Clip / Hip Hop ab 14 Jahre

19,90 € monatlich pro Person

Donnerstag 16:45 Uhr **HH4**

Ladies Dance

24,90 € monatlich pro Person, inkl. Country & OE Termine
10er Karte 75,-- €

Dienstag 20:15 Uhr **LD2**

Country Line Dance **NEU!**

24,90 € monatlich pro Person, inkl. Ladies Dance & OE Termine
6 x 1 Stunde 40,-- € pro Person

Montag 18:00 Uhr **CLD1**

Zumba Kids ab 10 Jahre **NEU!**

Ab 19,90 € monatlich pro Person. Bitte um Voranmeldung!

Dienstag 18:30 Uhr **ZBK2**

Zumba

24,90 € monatlich pro Person, inkl. Ladies Dance, Country & OE Term.
10er Karte 85,-- €

Dienstag 19:00 Uhr **ZB**
Donnerstag 18:15 Uhr **ZB**

Kurse für Paare & Ehepaare

Welttanzprogramm I (Grundkurs)

International anerkannt. In diesem Kurs werden die wichtigsten Tänze des Welttanzprogramms unterrichtet, so dass Man(n) und Frau sich auf die besten Musiken bewegen können.

6 x 1,5 Stunden 68,-- € pro Person
Montag 19:30 Uhr 03.09.18 **EA1**
Donnerstag 19:30 Uhr 06.09.18 **EA4**
Donnerstag 19:30 Uhr 08.11.18 **EA4**

Welttanzprogramm II (Ergänzungskurs)

Aufbauend auf die erlernten Tänze aus Stufe WTP I, kommen abwechslungsreiche Figuren und Drehungen hinzu.

6 x 1,5 Stunden 68,-- € pro Person
Montag 19:30 Uhr 29.10.18 **EE1**

TanzTreff für Paare

In dem fortlaufend stattfindenden Unterricht, kommen aufbauend auf die erlernten Tänze aus WTP I und II, flotte Tanzfiguren und Tanztechniken, sowie Führungstipps hinzu.

24,90 € monatlich pro Person

Mittwoch Stufe III 19:30 Uhr laufend **TT13**
Mittwoch Stufe IV 20:30 Uhr laufend **TT3**

Geschenkgutscheine

**5 Min. vor Partybeginn und noch kein Geschenk?
Dann drucken Sie sich schnell einen
Geschenk-Gutschein aus. auf**

www.tanzklasse.de

Hurra, wir heiraten & Fit für die nächste Party

Die in diesen Kursen unterrichteten Tänze, können auf jeder Party getanzt werden.

3 x 1,5 Stunden 45,-- € pro Person
Sonntag 17:00 Uhr 12.08.18 **HA7**
Montag 19:30 Uhr 03.09.18 **HA1**
Donnerstag 19:30 Uhr 06.09.18 **HA4**
Donnerstag 19:30 Uhr 08.11.18 **HA4**

**Beachten Sie bitte, dass die Kursgebühr per Lastschrift oder am 1. Kurstag in bar zu entrichten ist.
Um Voranmeldung zu den Kursen wird gebeten.**