

## Kurse für Junggebliebene 60+

### 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

Mittwoch	18:30 Uhr	09.01.19	DA3
Donnerstag	21:00 Uhr	21.02.19	DA4
Montag	21:00 Uhr	25.02.19	DA1

#### Stufe II - Ergänzungskurs

Mittwoch	18:30 Uhr	30.01.19	DE3
Donnerstag	21:00 Uhr	04.04.19	DE4

### Argentinischer Tango

#### Stufe I - Grundkurs

Donnerstag	21:00 Uhr	31.01.19	TA1
------------	-----------	----------	-----

### Salsa

#### Stufe I - Grundkurs

Montag	21:00 Uhr	14.01.19	SA1
Montag	21:00 Uhr	04.02.19	SA11
Donnerstag	21:00 Uhr	14.03.19	SA4

### West Coast Swing

#### Stufe I - Grundkurs

Donnerstag	21:00 Uhr	10.01.19	WA4
Montag	21:00 Uhr	25.03.19	WA1

## Veranstaltungen

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

**Beachten Sie bitte, dass am Rosenmontag und in den Ferien NRW kein Unterricht stattfindet.**

# TANZEN. KLASSE!



**Jan. – April '19**



**tanz klasse**

*michaela holderberg-koch  
tanzschule*

Wigeystraße 3 (Needles & Pins)  
57368 Lennestadt  
Telefon 02761 . 94 39 63  
E-mail [info@tanzklasse.de](mailto:info@tanzklasse.de)  
Homepage [www.tanzklasse.de](http://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 Tänzern, 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 5 - 7 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

### Weltanzprogramm 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 10.01.19 **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 19:15 Uhr **ZB**  
Donnerstag 18:15 Uhr **ZB**

## Kurse für Paare & Ehepaare

### Weltanzprogramm I (Grundkurs)

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

**6 x 1,5 Stunden 68,-- € pro Person**  
Donnerstag 19:30 Uhr 10.01.19 **EA4**  
Montag 19:30 Uhr 14.01.19 **EA1**  
Mittwoch 8 x 1 Std. 18:30 Uhr 20.02.19 **EA3**  
Donnerstag 19:30 Uhr 21.02.19 **EA4**

### Weltanzprogramm 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 25.02.19 **EE1**  
Donnerstag 19:30 Uhr 04.04.19 **EE4**

### 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](http://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**  
Donnerstag 19:30 Uhr 10.01.19 **HA4**  
Montag 19:30 Uhr 14.01.19 **HA1**  
Mittwoch 4 x 1 Std. 18:30 Uhr 20.02.19 **HA3**  
Donnerstag 19:30 Uhr 21.02.19 **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.**