



Ballett Einführung Spitzentraining (Point Work) Kleingruppe



Garantierte Durchführung

Beschreibung

Der Spitzentanz ist ein Bestandteil des klassischen Balletts. Professionelle Balletttänzerinnen führen das Répertoire an Bewegungen hauptsächlich auf Spitzenschuhen aus. Mit diesem, auf Laien angepassten Einführungskurs bieten wir die Möglichkeit, erste Einstiegsübungen an der Stange auszuprobieren.

Inhalt

- Üben des korrekten Stehens auf der Spitze
- Ausführung einfacher Übungen an der Stange
- Stärkung der Fusskraft
- Fördern des Bewusstseins für die Art und Weise der Ausführung

Voraussetzung

Mindestens ein wöchentliches Ballettraining seit mehr als zwei Jahren.

Zielgruppe

Teilnehmende mit Balletterfahrung, als vertieftes Training zum klassischen Ballett.

Lernziele

Sie lernen die Schuhe ihren physischen Möglichkeiten entsprechend optimal zu tragen. Sie lernen ein Verständnis für möglichst stabile Bewegungsabläufe zu entwickeln und diese entsprechend auszuführen.

Datum

25.01.2020 - 11.07.2020 / E_1309463

Zeit

10:20 - 10:50 h

Wochentage

Sa

Dauer

23 Kurstag(e). Total 13.80 Lektion(en) à 50 Minuten

Preis

CHF 289.80

Durchführungsort

Rudolfstrasse 11, 8401 Winterthur

Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Sa	25.01.2020	10:20 - 10:50
2 Sa	01.02.2020	10:20 - 10:50
3 Sa	08.02.2020	10:20 - 10:50
4 Sa	15.02.2020	10:20 - 10:50
5 Sa	22.02.2020	10:20 - 10:50

**Klubschule Migros
Winterthur**
Rudolfstrasse 11
8401 Winterthur

Tel. +41 58 568 44 45
info.wi@gmos.ch
klubschule.ch





Ballett Einführung Spitzentraining (Point Work) Kleingruppe



Garantierte Durchführung

Termine	Tag	Datum	Zeit
	6 Sa	29.02.2020	10:20 - 10:50
	7 Sa	07.03.2020	10:20 - 10:50
	8 Sa	14.03.2020	10:20 - 10:50
	9 Sa	21.03.2020	10:20 - 10:50
	10 Sa	28.03.2020	10:20 - 10:50
	11 Sa	04.04.2020	10:20 - 10:50
	12 Sa	18.04.2020	10:20 - 10:50
	13 Sa	25.04.2020	10:20 - 10:50
	14 Sa	02.05.2020	10:20 - 10:50
	15 Sa	09.05.2020	10:20 - 10:50
	16 Sa	16.05.2020	10:20 - 10:50
	17 Sa	30.05.2020	10:20 - 10:50
	18 Sa	06.06.2020	10:20 - 10:50
	19 Sa	13.06.2020	10:20 - 10:50
	20 Sa	20.06.2020	10:20 - 10:50
	21 Sa	27.06.2020	10:20 - 10:50
	22 Sa	04.07.2020	10:20 - 10:50
	23 Sa	11.07.2020	10:20 - 10:50