



Ballett Einsteiger / in English



Garantierte Durchführung

Beschreibung

Die Welt des Balletts fasziniert Sie und eigentlich wollten Sie schon immer tanzen? Tauchen Sie bei uns in die Welt des klassischen Tanzes ein. In diesem Basiskurs für Erwachsene führen wir Sie langsam und kompetent an die typischen Ballettbewegungen heran. Mit Musik üben Sie die tänzerischen Grundpositionen. Zudem trainieren Sie Muskulatur, Beweglichkeit und anmutige Bewegungen.

Has the world of ballet always fascinated you? Have you ever thought about learning to dance? In this beginners ballet class for adults you will be introduced to the fascinating world of classical ballet: step by step - and carefully guided by a professional dancer - you will learn the relevant basics. Accompanied by music you will practice the most important positions and movements of this dance. Additionally, ballet is considered to be a perfect training for your muscles, your agility and your ability to move more elegantly.

Inhalt

- Einführung in die Grundpositionen / Introduction to the basic ballet positions.
- Basiskombinationen erlernen / Learn elementary dance combinations.
- Choreografieteile einüben / Practice choreography routines.
- Muskelpartien gezielt stärken / Strengthen specific muscle groups.
- Teilweise Bar-Work (Arbeit an der Ballettstange) / Workout at the ballet barre.

Voraussetzung

Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. No prior experience needed.

Zielgruppe

Erwachsene

Lernziele

- Sie kennen die Grundpositionen des klassischen Balletts und können diese in verschiedenen Variationen tanzen.
- To learn the basic ballet positions and to be able to dance them in different variations.

Zusatzinfo

- Bitte tragen Sie Ballett-Schläppchen oder Socken für den Unterricht. / please wear ballet shoes or socks.
- Profitieren Sie in diesem Kurs vom attraktiven Kurs-Sharing-Angebot. Weitere Kurse zum Sharen finden sie hier: [Link: _Kurs-Sharing-Angebot](#)
- With this course you can also benefit from our attractive course- sharing scheme. Please click the following link in order to find out more: [Link: _Kurs-Sharing-Angebot](#)

Datum

12.08.2019 - 28.10.2019 / E_1335570

Zeit

18:10 - 19:10 h

Wochentage

Mo

Klubschule Migros Basel-Gundelitor

Jurastrasse 4
4053 Basel

Tel. +41 58 575 87 00

klubschule@migrosbasel.ch
klubschule.ch





Ballett Einsteiger / in English



Garantierte Durchführung

Dauer 12 Kurstag(e). Total 12.00 Lektion(en) à 60 Minuten

Preis CHF 228.00

Durchführungsort Jurastrasse 4, 4053 Basel

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mo	12.08.2019	18:10 - 19:10
	2 Mo	19.08.2019	18:10 - 19:10
	3 Mo	26.08.2019	18:10 - 19:10
	4 Mo	02.09.2019	18:10 - 19:10
	5 Mo	09.09.2019	18:10 - 19:10
	6 Mo	16.09.2019	18:10 - 19:10
	7 Mo	23.09.2019	18:10 - 19:10
	8 Mo	30.09.2019	18:10 - 19:10
	9 Mo	07.10.2019	18:10 - 19:10
	10 Mo	14.10.2019	18:10 - 19:10
	11 Mo	21.10.2019	18:10 - 19:10
	12 Mo	28.10.2019	18:10 - 19:10