



Breakdance / Bboying Anfänger / Mittel

| | | | |
|-------------------------|--|--------------|---------------|
| Beschreibung | Der legendäre Tanz aus den USA wurde in den 70er Jahren in New York von Jugendlichen Afro- und Latino-Amerikanern erfunden und als Lebensphilosophie gelebt. Eine Mischung aus schnellen Schritten kombiniert mit akrobatischen Bewegungen prägen diesen Tanzstil. Breakbeats, Funk, Hip-Hop, Elektrobeats - zu rhythmischen Klängen werden Reaktionsschnelligkeit und Körperkontrolle geschult, der Körper gefordert und Schritt für Schritt die typischen Breakdance-Moves erarbeitet. | | |
| Inhalt | <ul style="list-style-type: none">• Warm-up, Isolationsübungen• Breakdance-Moves, Bodenakrobatik• Schulung der Körperwahrnehmung und der Koordination• Choreografien• Cool-Down und Stretching | | |
| Voraussetzung | keine Vorkenntnisse erforderlich, Grundsportlichkeit von Vorteil | | |
| Zielgruppe | Jugendliche ab 15 Jahren, Erwachsene m/w | | |
| Lernziele | Verbessern von Kraft, Beweglichkeit, Körperwahrnehmung, Koordination und tänzerischen Fähigkeiten. Spezielle Schulung der Reaktionsschnelligkeit und feinmotorischen Fähigkeiten. | | |
| Datum | 09.02.2021 - 20.04.2021 / E_1476245 | | |
| Zeit | 19:00 - 20:20 h | | |
| Wochentage | Di | | |
| Dauer | 11 Kurstag(e). Total 11.00 Lektion(en) à 80 Minuten | | |
| Preis | CHF 330.00 | | |
| Durchführungsort | Tanzwerk101, Pfingstweidstrasse 101, 8005 Zürich | | |
| Termine | Tag | Datum | Zeit |
| | 1 Di | 09.02.2021 | 19:00 - 20:20 |
| | 2 Di | 16.02.2021 | 19:00 - 20:20 |
| | 3 Di | 23.02.2021 | 19:00 - 20:20 |



Breakdance / Bboying Anfänger / Mittel

| Termine | Tag | Datum | Zeit |
|---------|-------|------------|---------------|
| | 4 Di | 02.03.2021 | 19:00 - 20:20 |
| | 5 Di | 09.03.2021 | 19:00 - 20:20 |
| | 6 Di | 16.03.2021 | 19:00 - 20:20 |
| | 7 Di | 23.03.2021 | 19:00 - 20:20 |
| | 8 Di | 30.03.2021 | 19:00 - 20:20 |
| | 9 Di | 06.04.2021 | 19:00 - 20:20 |
| | 10 Di | 13.04.2021 | 19:00 - 20:20 |
| | 11 Di | 20.04.2021 | 19:00 - 20:20 |