



Breakdance / Bboying Anfänger / Mittel



Garantierte Durchführung

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 prägten 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

- 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

30.08.2022 - 08.11.2022 / E_1603445

Zeit

19:30 - 20:50 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	30.08.2022	19:30 - 20:50
2 Di	06.09.2022	19:30 - 20:50
3 Di	13.09.2022	19:30 - 20:50



Breakdance / Bboying Anfänger / Mittel



Garantierte Durchführung

Termine

Tag	Datum	Zeit
4 Di	20.09.2022	19:30 - 20:50
5 Di	27.09.2022	19:30 - 20:50
6 Di	04.10.2022	19:30 - 20:50
7 Di	11.10.2022	19:30 - 20:50
8 Di	18.10.2022	19:30 - 20:50
9 Di	25.10.2022	19:30 - 20:50
10 Di	01.11.2022	19:30 - 20:50
11 Di	08.11.2022	19:30 - 20:50