



Programm Herbst 2020



Tanzen? Tanzkurse? Tanzschule?!

Kein Grund in Panik zu geraten!

Im Tanzstudio-Süd gehen wir die Sache rund ums Tanzen etwas anders an. Bei uns gibt es kein Falsch oder Richtig, keinen Zwang und keinen Druck. Wenn Sie sich für einen Tanzkurs bei uns entscheiden, machen Sie alles richtig.

Wir bauen den Gedanken des Gesellschaftstanzens in unsere Kurse ein. Das heißt, Sie lernen so tanzen, dass Sie zu jeder Musik, auf jeder Tanzfläche - egal wie viel Platz diese bietet - und mit jedem Partner tanzen können. Damit das funktioniert legen wir viel Wert auf das Prinzip des „Führen und Spüren“. Wer aus dem Rhythmus tanzt, wird hier nicht schräg angeschaut oder verurteilt. Fehler werden vom Tanzlehrer*in korrigiert und beim nächsten Mal wird es besser gemacht. Alles ist erlaubt, solange es Spaß macht und es sich für das Paar gut anfühlt!

Leider unterrichten viele Tanzschulen auch heute noch steife Abfolgen von Schritten und Figuren. Diese funktionieren im Paar oft nur mit ein und demselben Partner und auch nur dann, wenn beide Partner das auswendig gelernte Mammutprogramm parat haben. Wir vermitteln Ihnen keine steife, unnatürliche Tanzhaltung, die im Turniertanz zwar wichtig ist, bei Ihnen als Freizeit tänzer allerdings nur zu Verrenkungen und Unwohlsein führt.

Im Tanzstudio-Süd geben wir Ihnen ein möglichst breites Repertoire an tänzerischen Möglichkeiten mit. Sie haben nach einiger Zeit die Fähigkeit, Bewegungen (Tanzschritte) und Elemente (Figuren) in beliebiger Reihenfolge anzuordnen. Das Beste dabei ist: das Führen wird ab der ersten Stunde gelehrt, sodass jeder Partner sich in den Armen des Anderen sofort sicher und wohlfühlen kann. Diese Erkenntnis wird Sie beide auf jeder Tanzfläche gut aussehen lassen.

Kurz und gut: Im Tanzstudio-Süd geben wir Ihnen etwas Besonderes mit: nämlich die richtigen Zutaten, um Ihren eigenen (Tanz-)Stil zu erschaffen und sich beim Tanzen wohlfühlen.

Bei uns im Tanzstudio-Süd können Sie sich als Paar tänzerisch weiterentwickeln, ungeahnte Fähigkeiten entdecken, viel Freude finden und Selbstvertrauen erlangen.

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr Tanzstudio-Süd Team



Tanzkurse für Paare

Gesellschaftstanz

Für die Kurse in Stufe-1 benötigen Sie keine Vorkenntnisse. In Stufe-1 werden die Grundbewegungen der gängigsten Tänze gelehrt und mit kleinen Grundelementen, wie z.B. Drehungen, erweitert. In Stufe-2 festigen, erweitern wir das Repertoire und beginnen tanzübergreifend Elemente und Bewegungen zu kombinieren. Die Stufe-3 fügt neue Elemente hinzu und gibt viele in der Praxis anwendbare Tipps und Tricks. Regelmäßige Wiederholungen geben Ihnen die notwendige Sicherheit.

Grundkurs Stufe 1

Sonntag ab 25. Oktober 2020 6x, 14:45 - 15:45 Uhr • 90 €

Donnerstag ab 12. November 2020 6x, 18:20 - 19:20 Uhr • 90 €

Grundkurs Stufe 2

Sonntag ab 25. Oktober 2020 6x, 19:45 - 20:45 Uhr • 90 €

Grundkurs Stufe 3

Sonntag ab 25. Oktober 2020 6x, 16:00 - 17:00 Uhr • 90 €

Tanzkreis Vorbereitungskurs

Wenn Sie aktuell oder vor einiger Zeit einen Stufe-3 Grundkurs absolviert haben oder auch mit dem Gedanken spielen aus einer anderen Tanzschule zu uns zu wechseln, dann nutzen Sie die Gelegenheit zum sanften „On-Boarding“ im Vorbereitungstanzkreis des Tanzstudio-Süd.

Tanzkreis Vorbereitungskurs

Sonntag ab 25. Oktober 2020 6x, 13:30 - 14:30 Uhr • 75 €

Disco Fox

Der Grundschrift ist einfach erlernbar und so ein schneller „Tanzerfolg“ für das Paar möglich. Die Schritte können fast zu jeder Musik im Vierviertel- und Zweivierteltakt getanzt werden. Ein perfekter Tanz für Anfänger!

Disco Fox Stufe 1+2 (für Einsteiger)

Donnerstag ab 24. September 2020, 6x, 20:40 - 21:40 Uhr • 80 €

Disco Fox Stufe 3+4 (für Einsteiger)

Donnerstag ab 12. November 2020, 6x, 20:40 - 21:40 Uhr • 80 €



Tanzkurse für Paare

Tanzkreise

Nach den Tanzkursen geht es weiter! Sie haben das Tanzen für sich entdeckt und möchten sich zu zweit einmal in der Woche eine Auszeit vom Alltag gönnen? Dann sind Sie in unseren Tanzkreisen genau richtig. Mit viel Spaß und Geselligkeit werden Ihre Tanzkenntnisse gesichert, vertieft und weiter ausgebaut. Der Einstieg in unsere Tanzkreise ist jederzeit möglich.

Tanzkreise - Gesellschaftstanz

In unseren Tanzkreisen erfahren Sie die Fülle der modernen Gesellschaftstänze. Hier werden Bewegungen und Elemente aus allen Tänzen kombiniert. Ihrer tänzerischen Kreativität ist nach einiger Zeit im Tanzkreis kaum noch Grenzen gesetzt.

Donnerstags jeweils 19:30-20:30 • 30 € mtl.

Sonntags jeweils 17:15-18:15 • 30 € mtl.

Sonntags jeweils 18:30-19:30 • 30 € mtl.

Tanzkreise - Tanzsport

Ideal für alle die schon lange tanzen und nun in ungezwungener Atmosphäre weitere Figuren und Folgen auf sportlichem Niveau lernen möchten.

Montags jeweils 19:30-20:30 • 30 € mtl.

Montags jeweils 20:30-21:30 • 30 € mtl.

Hochzeitstanz

Privatkurse und -stunden für (Braut)Paare

Ob Sie sich gerne ganz alleine mit Ihrem Partner auf den Hochzeitstanz vorbereiten möchten, eine Hochzeitschoreografie einstudieren wollen oder einfach Ihren Lieblingstanz vertiefen möchten. Gerne helfen wir Ihnen in Privatstunden, die wir ganz individuell auf Ihre Kenntnisse und Wünsche anpassen können, weiter.

Sie haben Freunde oder Arbeitskollegen und wollen gemeinsam Tanzen lernen? Dann buchen Sie doch einfach einen eigenen Tanzkurs! Wir helfen Ihnen gerne weiter.



Fit und gesund am Vormittag

After Baby Body

Bei diesem Training geht es darum, sich in seinem Körper wohl zu fühlen, gesund, stark und fit, um die Anforderungen des Alltags mit Baby und später mit Kind oder Kindern so gut wie möglich zu meistern. Das Baby darf natürlich auch gerne dabei sein!



Mittwoch ab 11. November 2020, 6x, 09:00-10:00 • 90 €

Pilates

Pilates ist ein Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur. Es ist eine sanfte, aber dennoch sehr wirkungsvolle Trainingsmethode für Körper und Geist, ohne dabei die Gelenke zu belasten. Das Training umfasst Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung.



Mittwoch ab 11. November 2020, 6x, 10:20-11:20 • 90 €

Events & Partys

Aufgrund der aktuellen Corona-Situation und den behördlichen Vorgaben haben wir im Herbst 2020 keine Tanzparties geplant. Sofern es möglich und erlaubt ist werden wir spontan reagieren und Übungsmöglichkeiten anbieten. Informationen bekommen Sie in unseren Kursen und finden diese auch immer aktuell auf unserer Homepage.



Kurse für Solisten

Lady Dance Ü30 - bodyshape and dance for you!

Kaum ein Sport trainiert so ganzheitlich wie das Tanzen und verbessert nebenbei Deinen Bodyshape für ein komplett neues Körpergefühl. Die einzigartige Kombination aus Tanz, Aerobic und Yoga sorgen für viel Abwechslung. Lady Dance ist ohne Vorkenntnisse möglich und für jeden Bewegungslevel geeignet.

Dienstag ab 06. Oktober 2020, 4x, 18:30-19:30 • 45 €

Dienstag ab 10. November 2020, 6x, 18:30-19:30 • 65 €

Power Dance (13-30 Jahre)

In unserem „Power Dance“ erlebst Du, wie vielfältig Tanzen sein kann. Durch ein effektives Tanzworkout mit Stretching findet ein gezielter Muskelaufbau statt.

Mittwoch ab 07. Oktober 2020, 4x, 18:30-19:30 • 45 €

Mittwoch ab 11. November 2020, 6x, 18:30-19:30 • 65 €

Ballett für Erwachsene

Sie haben noch nie in Ihrem Leben Ballett gemacht? Oder als Mädchen mal getanzt und möchten es gerne wieder entdecken? Die Stunde ist für Damen mit Balletterfahrung und auch für Anfänger geeignet.

Freitags jeweils 18:30-19:30 • 34 € mtl.

Line Dance

Line Dance ist Fitness für Körper und Geist, für Jung und Alt. Line Dance stammt aus den USA und wird in Reihen (Lines), zu verschiedenen Musikrichtungen getanzt. Das regelmäßige Training im Line Dance-Club ist für alle mit Line Dance-Vorkenntnissen geeignet. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Dienstags jeweils ab 20:00 Uhr • 30 € mtl. (mit Vorkenntnissen)



Gesundheit und Hygiene

Ihnen ist Ihre Gesundheit wichtig. Deshalb haben Sie sich Tanzen als Hobby ausgesucht. Sie wissen, Tanzen hat nur positive Auswirkungen auf Körper und Geist und eigentlich keine gesundheitsgefährdenden Nebenwirkungen.

Uns ist Ihre Gesundheit ebenso wichtig, wie die unserer Mitarbeitenden.

Da uns voraussichtlich auch im Herbst 2020 Corona mit all seinen Unwägbarkeiten weiter beschäftigen wird, arbeiten wir weiter nach dem bewährten Hygieneplan für unsere Tanzschule.

Neben bestimmten Verhaltensweisen, auf die wir an verschiedenen Stellen hinweisen, gibt es auch im Kursablauf sinnvolle organisatorische Maßnahmen:

Alle Gesellschaftstanzkurse dauern jetzt 60-Minuten ohne Pause pro Kurstag. Zwischen den Kursen sorgen wir für ausreichend Lüftung.

Bitte unterstützen Sie uns weiterhin mit Ihrer Treue und dem Einhalten der Hygieneregeln!

Adresse & Anfahrt

Tanzstudio-Süd

Inh.: Frank Berndl
 Ostermairstr. 14
 85051 Ingolstadt (nahe Hbf)

Tel.: 08 41/9 31 05 14

Email: info@tanzstudio-sued.de

Ausreichend kostenlose Parkplätze vorhanden!

Einfach zu erreichen mit Bus (Halt: St. Anton) und Bahn (zu Fuß 5 Min. vom Hbf).