

USI – Information Übungsbetrieb

Boogie-Woogie / Lindy Hop für Einsteiger

Übungsleiterin: Lisa Schmalzer Lisa.Schmalzer@gmx.at tel: 0664 7862017
Zeit: Donnerstag 20:30 – 21:55 (ab 16.10.2013 – 04.12.2014, 8 Abende)
Ort: ASKÖBewegungsCenter, Hölderlinstr. 22, 4040 Linz

- Anmeldung auch ohne Partner möglich!
- Keine Vorkenntnisse erforderlich!

Kursinhalt:

Ziel des Kurses ist es, jede Tanzgelegenheit (Party, Ball, etc...) auch mit Partner nutzen zu können, ohne auf die steiferen Standard-tänze zurückgreifen zu müssen.

Bei uns lernt ihr „Freies –geführtes Tanzen im 4/4 Takt „
Check: <http://www.youtube.com/watch?v=M4KzENo1QzY>
<http://www.youtube.com/watch?v=uK4VCp2H74E>

Wir starten mit einfachen Rythmusübungen und den Basics der lead&follow Technik. Auch verschiedenste Lindy-Schrittvarianten von Singletime-steps, Triplettime-steps, 6Count, 8Count-steps und Charlstonvariationen werden wir in den ersten Trainings ausprobieren.

Da es sich beim Swing, Lindy, Boogie um einen Paartanz handelt, wäre es natürlich von Vorteil wenn sich der Damen/Herren Anteil annähernd die Waage hält. Um noch schneller und effektiver das Gelernte umzusetzen, möchten wir die Paare bei den einzelnen Übungen durchwechseln lassen. Auch eine solo Jazzroutine wird Körper&Geist fordern.

Für den Kurs mitzubringen:

Tanzschuhe: am besten flache, profillose, „unbedingt nicht abfärbende“ Sneakers.
Bequeme legere Kleidung (auch Jeans sind O.K), Trinkflasche, Handtuch,...

Wir freuen uns auf Dich
Lisa&Christian