

USI - Information Übungsbetrieb

BALLETT für Einsteiger/innen

Übungsleiter: **Jean Bernard Fontus**
Zeit: **Mittwoch, 18.00 – 19.20 Uhr,**
Ort: **Studentenzentrum Raab/Spiegelsaal**

Ballett ist die Grundlage für jeden Tanz, wobei die Eleganz und Präzision von Bewegungen gefördert werden.

Im Kurs werden die Basics des klassischen Tanzes unterrichtet. Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen, aber auch an jene, die ihre Grundkenntnisse festigen wollen.

Weiters werden mit dem Ballettunterricht folgende Wirkungen erzielt:

- Stärkung der Muskulatur des gesamten Körpers
- Förderung der Beweglichkeit
- Förderung der Konzentration
- Förderung des Gleichgewichtes
- Förderung einer aufrechten Haltung

Kleidung: Trainingskleidung (T-Shirt, Leggings oder Trainingshose), Ballettschuhe (demi-pointe) Alternative: Socken

**Es ist nie zu spät mit Ballett zu beginnen.
Ich freue mich auf Euch !!**



Jean Bernard Fontus

Tänzer und Choreograph

www.jbf-dance.at