

USI - Information Übungsbetrieb

AFRO-CONTEMPORARY DANCE

Übungsleiter: Jean Bernard Fontus ☐
Zeit: Mittwoch, 19.15 – 20.30 Uhr
Ort: Robinsonschule – Kaltenhauserstraße 2, 4040 Linz
(Straßenbahn-Haltestelle Linke Brückenstraße)



Der Kurs richtet sich an ALLE, die das Außergewöhnliche lieben und etwas Neues ausprobieren wollen. Die Besonderheit des Tanzes liegt in der Verschmelzung von afrikanischen, indigenen und europäischen Elementen. Tanzvorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Dabei geht es nicht nur um den Tanz, sondern auch um Kultur, Tradition und Spiritualität.

Jede Übungseinheit beginnen wir mit einem umfangreichen Aufwärmen von ca. 30 Minuten basierend auf einem ganzheitlichen Ansatz.

Anschließend widmen wir uns dem Tanz. Die Bewegungen sind sehr rhythmisch, fröhlich, dynamisch und lebendig. Dabei trainieren sie ihre Körperform, den Muskelaufbau aber auch ihre allgemeine physische Kondition. Zum Abschluss wird mit einem kurzen Work-out der Kreislauf nochmals in Schwung gebracht.

Diese sehr ausgelassenen Bewegungen sorgen nicht nur für Unterhaltung, sondern ermöglichen auch „Dampf abzulassen“ und angestauten Stress abzubauen.

Alle sind willkommen mitzumachen. Ich freue mich auf Euch!

Jean Bernard Fontus – Tänzer, Choreograph & Coach - Tel. 0680 5066140 (www.jbf-dance.at)

Mit dem haitianischen Tanz ist er aufgewachsen. Neben einer fundierten Ballettausbildung und umfangreichen Erfahrungen in Modern und Jazz Dance wurde Fontus 2001 und 2003 haitianischer Meister in Mambo und Cha-Cha-Cha und 2012 zwei-facher Europameister in Show- und Bühnentanz mit einer Produktion aus dem haitianischen Tanz.