

USI - Information Übungsbetrieb

AFRO / HAITIAN / MODERN DANCE

Übungsleiter: Jean Bernard Fontus
Zeit: Mittwoch, 18.30 – 20.00 Uhr
Ort: Gymnastiksaal ADM Tennishalle
(Hellmonseder Sport, Julius-Raab-Str. 6-8, 4040 Linz)

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.

Jede Übungseinheit beginnen wir mit einem umfangreichen Aufwärmen von ca. 30 Minuten basierend auf moderner Tanztechnik und ganzheitlichem Körpertraining.

Anschließend widmen wir uns dem Afro/Haitian 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 10 minütigen Work-out der Kreislauf nochmals in Schwung gebracht.

Am Semesterende wird mit den erlernten Elementen eine kurze und einfache Choreographie erarbeitet.

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 - (www.jbf-dance.at)

Mit dem haitianischen Tanz ist er aufgewachsen. Neben einer fundierten Ballettausbildung und umfangreicher Erfahrung 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.