



# Tan Modern Contemporary Dance Einsteiger (Zeitgenössischer Tanz)



## Garantierte Durchführung

### Beschreibung

Der ausdrucks- und gefühlsstarke moderne zeitgenössische Tanz geht eine Verbindung mit der scheinbaren Leichtigkeit des Balletts ein. Modern Contemporary Dance ist Spannung und Entspannung, sich fallen lassen und wieder auffangen. Diese Tanzform lebt vom Bauchgefühl, durch fließende, runde Bewegungen und ständigem Wechsel der Dynamik. Berührende Bewegungsformen, bewusste Körperkontrolle und dynamische Bewegungen fließen wirkungsvoll weich ineinander.

### Inhalt

- Aufbauende Aufwärm- und Grundübungen am Boden oder in der Raummitte
- Kraft- und Haltungsschulung
- Balance- und Dehnelemente
- Diagonale Schritt- und Drehkombinationen
- Erlernen von komplexeren Kombinationen und Choreographien

### Voraussetzung

Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

### Lernziele

Nebst der Tanztechnik, der Koordination und Beweglichkeit werden auch die Musikalität und der Ausdruck sensibilisiert.

### Zusatzinfo

- Einstieg jederzeit möglich, nicht nur zu Beginn des Kurses.
- Es kann Barfuss oder in Socken trainiert werden.
- Dieser Kurs ist vom Kurs-Sharing-Angebot ausgeschlossen, um einenmöglichst kontinuierlichen, aufbauenden Unterricht gewährleisten zukönnen.

### Datum

19.08.2022 - 04.11.2022 / E\_1599169

### Zeit

17:00 - 18:15 h

### Wochentage

Fr

### Dauer

12 Kurstag(e). Total 12.00 Lektion(en) à 75 Minuten

### Preis

CHF 288.00

### Durchführungsort

Jurastrasse 4, 4053 Basel

### Kursleitung

Nathalie Frossard

**Klubschule Migros  
Basel-Gundelitor**  
Jurastrasse 4  
4053 Basel

Tel. +41 58 575 87 00  
kundenservice-center@klubschule.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Tan Modern Contemporary Dance Einsteiger (Zeitgenössischer Tanz)



Garantierte Durchführung

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Fr	19.08.2022	17:00 - 18:15
	2 Fr	26.08.2022	17:00 - 18:15
	3 Fr	02.09.2022	17:00 - 18:15
	4 Fr	09.09.2022	17:00 - 18:15
	5 Fr	16.09.2022	17:00 - 18:15
	6 Fr	23.09.2022	17:00 - 18:15
	7 Fr	30.09.2022	17:00 - 18:15
	8 Fr	07.10.2022	17:00 - 18:15
	9 Fr	14.10.2022	17:00 - 18:15
	10 Fr	21.10.2022	17:00 - 18:15
	11 Fr	28.10.2022	17:00 - 18:15
	12 Fr	04.11.2022	17:00 - 18:15