Jazzgymnastik für Fortgeschrittene

Kursnummer 26N241262

Beginn Mittwoch, 16.09.2026, 19:00 - 20:30 Uhr

Dauer 11 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

Dozent Altera Piccolo

Kursentgelt 110,00 €

Wer Spaß am Tanzen hat, ist hier richtig. Nach einem Warm-up inkl. Isolations, Exercise, Stretching und Battements wird in kleinen Schritten eine Choreografie einstudiert. Die Technik steht nicht im Vordergrund, sondern die Freude an der gemeinsamen Bewegung und an der Musik. Bitte Tanzerfahrung und Neugier mitbringen. In allen Kursen im Bereich Bewegung werden Kenntnisse zum Erhalt und der Verbesserung der körperlichen Fitness und Erholung vermittelt und praktisch eingeübt und durch die Kursleitung kontrolliert. Sie erlernen dabei die korrekte Ausführung verschiedener Übungen, die sie auch zuhause weiterführen können.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
16.09.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
23.09.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
30.09.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
07.10.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
14.10.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
04.11.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
11.11.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
18.11.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
25.11.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
02.12.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
09.12.2026	19:00 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

zur Kursdetail-Seite