

### **Tanzen für alle**

Tanzen ist nichts anderes, als sich zu Musik zu bewegen. Das bedeutet demnach im Umkehrschluss: Wer sich zu Musik bewegen kann, kann auch tanzen! Somit kann fast jeder tanzen - oder sollte es zumindest einmal versuchen. Alle Veranstaltungen finden in Gladbach, Haus Buchmühle statt.

### **Memphis - großer Spaß ohne Tanzpartner\*in**

**DD331801E** Basis-Workshop

Memphis wird in einer oder mehreren Reihen getanzt. Der Grundschrift besteht aus sehr einfachen Elementen aus dem Rock 'n' Roll und Boogie-Woogie. Diese lassen sich immer wieder neu variieren und zu fast jeder Musik tanzen.

8 € bei mind. 8 Teilnehmern

Sonntag, 04.10.20, 12.45-14.00 Uhr

*Bitte anmelden bis 28.09.20*

### **Cha Cha Cha ohne Partner Basis-Workshop**

**DD331802E**

Cha Cha Cha lässt sich wunderbar zu aktueller Chart-Musik tanzen. Leicht variiert lässt sich dieser Gute-Laune-Tanz auch ohne Partner\*in, zu zweit oder in der Gruppe tanzen. In der Gruppe werden die Schritte als Line Dance oder im sogenannten "Grand Circle" getanzt. Als Basis dienen die Grundschrift und Drehungen aus dem Paartanz.

10 € bei mind. 8 Teilnehmern

Sonntag, 04.10.20, 14.00-15.30 Uhr

*Bitte anmelden bis 28.09.20*

### **Salsa - großer Spaß ohne Tanzpartner\*in**

**DD331803E** Basis-Workshop

Diese besondere Form der Salsa tanzt man alleine, zu zweit oder in der Gruppe. In der Gruppe werden die Schritte als Line Dance oder im sogenannten "Grand Circle" getanzt. Als Basis dienen die Grundschrift und Drehungen der Paartanz-Salsa. Ergänzt durch weitere, eigenständige Variationen, ist die Salsa ohne Partner eine ideale Alternative zum Tanzen im Paar und macht zusätzlich sehr viel Spaß und gute Laune.

13 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 23.01.21, 13.00-15.00 Uhr

*Bitte anmelden bis 18.01.21*

### **Madison - großer Spaß ohne Tanzpartner\*in**

**DD331804E** Basis-Workshop

Madison wird in einer oder mehreren Reihen getanzt. Der Grundschrift und die einzelnen Elemente sind simpel und daher einfach zu erlernen. Die verschiedenen Tanzkombinationen bestehen meist aus abzulaufenden Mustern und nehmen spielerisch Bezug auf große Berühmtheiten dieser Zeit.

17 € bei mind. 8 Teilnehmern

Sonntag, 24.01.21, 12.30-15.00 Uhr

*Bitte anmelden bis 18.01.21*

### **Bachata - großer Spaß ohne Tanzpartner\*in**

**DD331805E** Basis-Workshop

Bachata stammt aus der Dominikanischen Republik und ist mit seinem simplen Grundschrift einfach zu erlernen.

Alternativ zum Paartanz, lässt sich Bachata auch

hervorragend als Gruppentanz ohne Partner tanzen.

In der Gruppe werden die Schritte als Line Dance oder im sogenannten "Grand Circle" getanzt. Die Grundschrift und Drehungen des Paartanzes dienen hierbei als Basis.

10 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 30.01.21, 11.45-13.15 Uhr

*Bitte anmelden bis 25.01.21*

### **Salsa Basis-Workshop**

Dirty Dancing war gestern: aus dem Mambo von einst wurde die Salsa von heute. Kaum ein anderer Tanz vermittelt so gekonnt das Temperament und Gefühl Lateinamerikas.

Zu aktuellen Rhythmen lernen Sie Schritt für Schritt, sich im Salsa-Takt sicher übers Parkett zu bewegen.

**DD331841**

40 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 28.11.20, 13.00-16.00 Uhr

Sonntag, 29.11.20, 12.30-15.30 Uhr

*Bitte anmelden bis 23.11.20*

**DD331842**

27 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 23.01.21, 15.00-17.00 Uhr

Sonntag, 24.01.21, 15.00-17.00 Uhr

*Bitte anmelden bis 18.01.21*

### **Discofox Basis-Workshop**

Kaum ein anderer Tanz bietet so viele Variationen wie der Discofox. Damit ist es DER Tanz für fast alle Gelegenheiten und zu fast jeder Musik. Bis heute hat dieser Modetanz aus den 70ern nichts an Aktualität verloren - ganz im Gegenteil. Der Discofox lebt von seinen vielen Dreh- und Wickelfiguren, die meist selbst auf kleinstem Raum tanzbar sind. Innerhalb weniger Stunden lernen Sie alles, was nötig ist, um auf der nächsten Party mit Spaß zu tanzen und zu beeindrucken.

**DD331811**

40 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 24.10.20, 13.00-16.00 Uhr

Sonntag, 25.10.20, 12.30-15.30 Uhr

*Bitte anmelden bis 19.10.20*

**DD331812**

27 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 23.01.21, 17.00-19.00 Uhr

Sonntag, 24.01.21, 17.00-19.00 Uhr

*Bitte anmelden bis 18.01.21*

### **East Coast Swing**

Es ist ein absoluter Gute-Laune-Tanz, denn die Lebensfreude der Musik findet sich in den Figuren und Schrittkombinationen wieder. Wer Swing-Musik mag, wird den East-Coast-Swing lieben. Kenner nennen ihn auch liebevoll Tripple Swing oder Lindy, denn es ist eine vereinfachte Version des Lindy Hop und zu etwas langsamerer Musik.

**DD331821** Basis-Workshop

40 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 12.09.20, 13.00-16.00 Uhr

Sonntag, 13.09.20, 12.30-15.30 Uhr

*Bitte anmelden bis 07.09.20*

**DD331822** Basis-Workshop

27 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 23.01.21, 19.00-21.00 Uhr

Sonntag, 24.01.21, 19.00-21.00 Uhr

*Bitte anmelden bis 18.01.21*

## Führen und Folgen

Das "A" und "O" im Paartanz ist das Führen und Folgen. Doch wie funktioniert dies eigentlich genau? Dieser Workshop vermittelt die Grundlagen zu gutem Führen und aktivem Folgen.

Wie gebe ich die richtigen Signale, wie verstehe ich sie und setze sie um? Dabei geht es ausschließlich um Technik, nicht um alte oder neue Schritte - deshalb ist er für alle Niveaus geeignet, auch für Paare, die noch gar keine Vorkenntnisse haben.

### DD331851

40 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 10.10.20, 13.00-16.00 Uhr

Sonntag, 11.10.20, 12.30-15.30 Uhr

*Bitte anmelden bis 05.10.20*

### DD331852

40 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 30.01.21, 13.15-16.15 Uhr

Sonntag, 31.01.21, 12.30-15.30 Uhr

*Bitte anmelden bis 25.01.21*

## Wiener Walzer Intensiv-Workshop

### DD331831

Vorkenntnisse erforderlich!

Sie können schon etwas Wiener Walzer und haben sich an den halben Drehungen schon versucht, aber irgendwie will es nicht so richtig klappen? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie. Hier erlernen Sie alle wichtigen Grundlagen und Techniken. Grundkenntnisse wie Heben und Senken werden jedoch vorausgesetzt!

40 € bei mind. 8 Teilnehmern

Samstag, 07.11.20, 13.50-16.20 Uhr

Sonntag, 08.11.20, 12.00-15.30 Uhr

*Bitte anmelden bis 02.11.20*

Erik van Spauwen berät Sie gerne:

[kontakt@tanzenfueralle.de](mailto:kontakt@tanzenfueralle.de)



Volkshochschule  
Bergisch Gladbach

Buchmühlenstraße 12  
51465 Bergisch Gladbach  
[www.vhs-gl.de](http://www.vhs-gl.de)



© Walter Hanel

# Tanzen für alle

mit Erik van Spauwen



Volkshochschule  
Bergisch Gladbach