

BALLETTSCHULE im eigens eingerichteten BALLETTSTUDIO im Vereinsheim

mit Julia, Stageschool of Music, Dance and Drama, Hamburg - Waganowa-Methode - 20 Gruppen!!!

| | | | |
|-------------|---------------|----------------------------|-------------------------|
| Montag: | 16.00 - 17.00 | ca. 3-5 Jahre | Vereinsheim (Christina) |
| Montag: | 17.15 - 18.15 | ca. 5-8 Jahre | Vereinsheim (Christina) |
| Montag: | 20.00 - 21.30 | ab ca. 15 Jahre-Beginner | Vereinsheim |
| Dienstag: | 16.00 - 17.00 | ca. 3-5 Jahre | Wieseck FES |
| Dienstag: | 17.00 - 18.00 | ca. 5-8 Jahre | Wieseck FES |
| Dienstag: | 16.30 - 17.30 | ca. 5-8 Jahre | Vereinsheim (Nicole) |
| Dienstag: | 17.30 - 18.30 | bis ca. 11 Jahre | Vereinsheim (Nicole) |
| Dienstag: | 20.00 - 21.30 | Adults | Vereinsheim (Velizara) |
| Dienstag: | 18.30 - 20.00 | ab ca. 11 Jahre (Sichtung) | Vereinsheim |
| Mittwoch: | 17.30 - 18.30 | bis ca. 11 Jahre | Vereinsheim (Nicole) |
| Donnerstag: | 16.00 - 17.00 | ca. 3-5 Jahre | Vereinsheim |
| Donnerstag: | 17.00 - 18.00 | ca. 5-8 Jahre | Vereinsheim |
| Donnerstag: | 18.00 - 19.15 | ab ca. 15 Jahre | Vereinsheim |
| Freitag: | 15.30 - 16.30 | ca. 3-5 Jahre | Vereinsheim |
| Freitag: | 16.30 - 17.30 | ca. 5-7 Jahre | Vereinsheim |
| Freitag: | 17.30 - 18.30 | ca. 7-10 Jahre | Vereinsheim |
| Freitag: | 18.30 - 19.30 | bis ca. 15 Jahre | Vereinsheim |
| Freitag: | 19.30 - 21.00 | Spitzentanz | Vereinsheim |

Workshops mit Gasttrainern in Zusammenarbeit mit dem Stadttheater Giessen werden durchgeführt!

BALLETT-FITNESS

| | | | | |
|-----------|---------------|-------------|---|------------------------|
| Dienstag: | 20.00 - 21.00 | jedes Alter | Vereinsheim (Julia+Alina) - der aktuelle Fitnesstrend | neu neu neu !!! |
|-----------|---------------|-------------|---|------------------------|

CONTEMPORARY / JAZZ & MODERN DANCE

| | | | | |
|-------------|---------------|-------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| Montag: | 17.30 - 18.30 | Julia | bis ca. 12 Jahre | Vereinsheim |
| Montag: | 18.30 - 20.00 | Julia+Gasttrainer | ab ca. 13 Jahre | Vereinsheim |
| Donnerstag: | 19.30 - 21.00 | Aziz | Fortgeschrittene ab ca. 13 Jahre | Vereinsheim neu neu neu !!! |

kreativer KINDERTANZ im KINDERTANZCLUB

| | | | | |
|-----------|---------------|-------------|-----------------|------------------------------------|
| Montag: | 16.30 - 17.30 | Julia | ca. 3 - 5 Jahre | Vereinsheim neu neu neu !!! |
| Mittwoch: | 16.30 - 17.30 | Jenny+Fenja | ca. 3 - 5 Jahre | Vereinsheim |

HIP-HOP - Urban Dance Styles OpenClass-Gruppen

| | | | | |
|-------------|---------------|-----------------|--|------------------------------------|
| Dienstag: | 18.30 - 20.00 | Jemal | ab ca. 13 Jahre - Hip-Hop | Vereinsheim |
| Mittwoch: | 16.30 - 17.30 | Melina+Laura ++ | Hip-Hop Kids ab ca. 5 Jahre | Vereinsheim |
| Mittwoch: | 17.30 - 18.30 | Melina+Laura ++ | Hip-Hop Kids/Youth ab ca. 8 J. | Vereinsheim |
| Mittwoch: | 17.30 - 19.00 | Abtin | Hip-Hop, ab ca. 12 Jahre | Vereinsheim |
| Mittwoch: | 20.15 - 21.30 | Abtin | Adults | Vereinsheim |
| Donnerstag: | 17.00 - 18.00 | Mara+Evelyn | ab ca. 5 Jahre Hip-Hop Kids/Youth | Vereinsheim |
| Freitag: | 18.30 - 20.00 | Ines | Jugend+Adults | Vereinsheim neu neu neu !!! |
| Mittwoch: | 19.00 - 20.15 | Abtin | metropolitan-crew - Leistungsgruppe | Vereinsheim |
| Mittwoch: | 17.30 - 18.30 | Melina+Laura | Kids- Leistungsgruppe | Vereinsheim |
| Donnerstag: | 18.00 - 19.30 | Jana+Catja | Mashup Crew - Leistungsgruppe | Vereinsheim |

Bei entsprechenden Vorkenntnissen ist der Einstieg in eine Leistungsgruppe nach Rücksprache mit dem Trainer möglich!

DANCEHALL

| | | | | |
|------------|---------------|------|-----------------|------------------------------------|
| Mittwoch:: | 20.00 - 21.30 | Roja | ab ca. 13 Jahre | Vereinsheim neu neu neu !!! |
|------------|---------------|------|-----------------|------------------------------------|

BREAKDANCE (soll olympisch werden!)

| | | | | |
|-------------|---------------|-------|-------------------------------|----------------------|
| Montag: | 17.00 - 18.00 | Malik | „Mini-Breaker“ ab ca. 5 Jahre | Vereinsheim |
| Montag: | 18.00 - 19.00 | Malik | Neueinsteiger ca. 9-14 Jahre | Vereinsheim |
| Dienstag: | 16.00 - 17.00 | Malik | Mini Breaker-Leistungsgruppe | Vereinsheim |
| Dienstag: | 17.00 - 18.00 | Anton | "Mini-Breaker" ab ca. 5 Jahre | Vereinsheim |
| Dienstag: | 18.00 - 20.00 | Roman | Battle-Training Advanced | Vereinsheim |
| Donnerstag: | 18.00 - 20.00 | Roman | Power Moves / Battle-Training | Ludwig-Uhland-Schule |
| Freitag: | 18.00 - 20.00 | Roman | Adults | Vereinsheim |

BÜHNENTÄNZE - moderner Volks- und Ausdruckstanz (alle im Vereinsheim)

| | | | | |
|-------------|---------------|------------------|-----------------|-------------------------------|
| Dienstag: | 15.30 - 16.30 | Angelika | ca. 5-6 Jahre | Tanzsternchen-Nachwuchs |
| Dienstag: | 16.30 - 17.30 | Angelika | ca. 6-7 Jahre | Tanzsternchen-Nachwuchs |
| Dienstag: | 17.30 - 18.30 | Angelika | ca. 11-12 Jahre | "Gloria"-Nachwuchs |
| Donnerstag: | 16.00 - 17.00 | Angelika | ca. 7-8 Jahre | Tanzsternchen I |
| Donnerstag: | 17.00 - 18.00 | Angelika | ca. 9-11 Jahre | Tanzsternchen II |
| Donnerstag: | 18.00 - 19.30 | Angelika | ab ca.12 Jahre | "Gloria" |
| Donnerstag: | 19.30 - 21.00 | Michael+Angelika | jedes Alter | Israelische Volkstänze |

LATEIN-BASICS / Grundlagentraining

| | | | | |
|-----------|---------------|------------|--------------------------------------|-------------|
| Mittwoch: | 19.00 - 20.00 | Adina+Alex | jedes Alter, Partner nicht notwendig | Vereinsheim |
|-----------|---------------|------------|--------------------------------------|-------------|

SALSA

| | | | | |
|----------|---------------|--------------|--|-------------|
| Sonntag: | 15.30 - 16.50 | Julia+Arnaud | jedes Alter, Anfängerkurs, Partner nicht notwendig | Vereinsheim |
| Sonntag: | 18.15 - 19.45 | Julia+Arnaud | jedes Alter, Fortgeschrittene | Vereinsheim |

ROCK'N'ROLL

ab sofort für alle Alters- und Leistungsstufen mit dem Meisterpaar Christina Bischoff-Moos + Lukas Moos

| | | | | |
|-------------|---------------|------------------------------------|-----------------|------------------------|
| Donnerstag: | 17.30 - 19.00 | Schnupper-+Turniertraining | ab ca. 5 Jahre | Vereinsheim |
| Freitag: | 16.30 - 18.00 | Basic-Training Beginner | ab ca. 5 Jahre | Turnhalle WSO (Eileen) |
| Freitag: | 16.30 - 18.00 | Adults-Beginner + Fortgeschrittene | ab ca. 13 Jahre | Turnhalle WSO |
| Freitag: | 18.00 - 20.00 | Turniertraining+Akrobatik | Turnierpaare | Turnhalle WSO |

wir starten neue Beginnergruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Partner nicht notwendig - kommen und ausprobieren !

Wir bauen unsere Kampfsportabteilung mit JUDO + KARATE + KICKBOXEN + KUNG FU + AIKIDO + TAEKWONDO aus:

| | | | | | |
|-------------|---------------|-------------|---|---------------|--------------------------------------|
| Sonntag: | 16.00 - 17.00 | Jan-Erik | KUNG FU jedes Alter | Studio I | |
| Montag: | 17.30 - 18.30 | Arnaud | JUDO Kids ab ca. 5 Jahre + Jugendliche | Studio I | |
| Freitag: | 16.00 - 17.00 | David | KARATE Karate-Kids ab ca. 5 Jahre | Studio I | |
| Freitag: | 19.30 - 21.00 | David | Jugendliche + Adults | Studio I | <i>nur nach Anmeldung per E-Mail</i> |
| Freitag: | 18.30 - 19.30 | Norbert | AIKIDO ab ca. 12 Jahre | Studio I | neu neu neu !!! |
| Donnerstag: | 16.00 - 17.00 | Jannik+Nico | TAEKWONDO Kids ab ca. 5 Jahre, Beginner | Studio I | neu neu neu !!! |
| Donnerstag: | 17.00 - 18.00 | Jannik | Kids ab ca. 5 Jahre, Fortgeschrittene | Studio I | |
| Donnerstag: | 18.00 - 19.30 | Jannik | ab ca. 13 Jahre, alle Levels | Studio I | |
| Sonntag: | 17.00 - 18.00 | Jannik | Kids ab ca. 5 Jahre | Studio I | |
| Sonntag: | 18.00 - 19.30 | Jannik | ab ca. 13 Jahre + Adults alle Levels | Studio I | |
| Montag: | 20.00 - 22.00 | Stephan | KICKBOXEN Adults mit Vorkenntnissen | Vereinsheim | |
| Mittwoch: | 20.00 - 22.00 | Stephan | Adults Wettkampftraining | Vereinsheim | |
| Donnerstag: | 19.00 - 20.30 | Michael | Jugendliche ab ca. 12 J + Adults, Beginner | Vereinsheim | |
| Freitag: | 16.00 - 17.00 | Ali | Kids ab ca. 5 Jahre | Studio I | |
| Freitag: | 17.00 - 18.30 | Ali | Jugendliche ab ca. 12 J.+ Adults, Beginner | Studio I | |
| Sonntag: | 15.30 - 16.30 | Ali | jedes Alter | Vereinsheim | neu neu neu !!! |
| Montag: | 20.00 - 21.30 | Patrik | CAPOEIRA jedes Alter | Vereinsheim | |
| Mittwoch: | 20.00 - 21.30 | Patrik | jedes Alter | Vereinsheim | |
| Mittwoch: | 18.30 - 20.00 | Jan | PARKOUR jedes Alter | Turnhalle WSO | |
| Sonntag: | 16.00 - 17.30 | Jan | Kids ab ca. 5 Jahre-"Mini Warriors" | Turnhalle WSO | |
| Sonntag: | 17.30 - 20.00 | Jan+Niklas | jedes Alter | Turnhalle WSO | |

*** hier besteht auch die Möglichkeit auf dem großen Trampolin zu üben ***

POLE-SPORT FITNESS / POLE-DANCE + AERIAL-HOOP + CONTEMPORARY POLE

**ACHTUNG: ab sofort verlängerte Zeiten und zusätzliche Angebote im neuen POLE-STUDIO, Marburger Straße 13 !!!
nähere Infos, Teilnahmebedingungen, Kosten und Gruppeneinteilungen im Internet oder Facebook: Poledance Gießen**

**WIR HABEN UNSER FITNESS- und GESUNDHEITSKURS- ANGEBOT ERHEBLICH AUSGEWEITET
BEACHTET BITTE DIE ANKÜNDIGUNGEN: WWW.TANZ-GIESSEN.DE**

Für die **GESUNDHEITS-, FITNESS- + SONDERKURSE** gelten besondere Teilnahmebedingungen!
EINE Schnupperstunde ist kostenlos, danach ist eine Vereinsmitgliedschaft erforderlich oder
alternativ kann eine 10er-Karte für € 65,- erworben werden.

BODY EMOTION + YOGA + AEROBIC + PILATES + RÜCKEN-FIT + BODYSTYLING + KETTLEBELL + TRAMPOLIN + STRETCHING +++
Kursbeschreibungen, Zeiten und Infos: www.tanz-giessen.de und Sonderflyer

| | | | | | |
|-------------|---------------|----------|---|-------------|------------------------|
| Montag: | 19.00 - 20.00 | Denise | BOKWA-FITNESS ab ca. 15 Jahre Fitness und Dance | Vereinsheim | |
| Dienstag: | 20.15 - 21.15 | Jassmine | ZUMBA keine Altersbeschränkung | Studio I | |
| Mittwoch: | 19.00 - 20.00 | Jassmine | STRONG by ZUMBA Workout | Vereinsheim | neu neu neu !!! |
| Donnerstag: | 20.15 - 21.15 | Julia | keine Altersbeschränkung | Vereinsheim | |
| Sonntag: | 17.00 - 18.00 | Julia | jedes Alter + Kids | Vereinsheim | |

LEHRKRÄFTE / TRAINER

**Jede Schule ist so gut wie ihre Lehrer! Unsere Lehrkräfte und Trainer sind absolute Fachleute ihrer Sparten und Begriffe in der Szene!
ALLE Kurse werden betreut! LERNT SIE KENNEN - SCHNUPPERT MAL! (HP: Startseite / Über uns / Unser Team)**

UNTERRICHTS- + TRAININGSORTE (Karte + Wegbeschreibung s. HP)

VEREINSHEIM der TSG Blau-Gold Gießen e.V.: **An der Hessenhalle 1-3, 35398 Gießen (neben denn´s Biomarkt, über Müller´s Waschpark)**

STUDIO I: FITNESS+ KAMPFSPORT-CENTER der TSG: **Steinstraße 81 (Fetzer-Gebäude), 35390 Gießen (Eingang im Hof)**

POLE-STUDIO: Marburger Straße 13 (neben Turgut-Markt) – 330qm, 2 Unterrichtsräume, 20 Pole-Stangen, Hoop-Ringe

Parkmöglichkeit für beide Studios auf dem Hof des Fetzer-Gebäudes, Steinstraße 81

TURNHALLE WSO (Wirtschaftsschule am Oswaldsgarten): **Georg-Schlosser-Straße 20, 35390 Gießen**

(neben der Einfahrt Parkhaus Galerie Neustädter Tor, gegenüber der Feuerwehr, bitte Hintereingang zum Schulhof benutzen)

WIESECK FES Gymnastik-/Partyraum der Friedrich-Ebert-Schule, Haus C, Am Eichelbaum 69, 35396 Gießen-Wieseck

TURNHALLE LUS (Ludwig-Uhland-Schule): **Aulweg 120, 35392 Gießen**

www.tanz-giessen.de

Hier gibt es alle aktuellen Daten + Infos, auch die genauen **WEGBESCHREIBUNGEN** (Startseite/UNTERRICHTSORTE)

Tanz-Hotline: **0641 71818** (Bernhard Zirkler, Vorsitzender) E-Mail: **tanz-giessen@gmx.de**

POST-Anschrift (kein Unterricht, Verwaltung, nur Briefe): TSG Blau-Gold Gießen e.V., Bernhard Zirkler, Goethestraße 10, 35390 Gießen

Über 800 Boys + Girls tanzen bei uns in 135 Kursen, die großen Schwestern machen sich fit mit **POLE-DANCE + BOKWA** und die Muttis tanzen **ZUMBA** und machen **FITNESS** und **YOGA** – das könnt ihr auch! Kommt einfach vorbei und probiert aus!
Einfach zu den infrage kommenden Kursen ohne Anmeldung zum Schnuppern kommen, unverbindlich und kostenfrei (außer Pole-Dance)
Unterricht: wöchentlich (in den Schulferien und an Feiertagen eingeschränkt), jede Gruppe zu jeder Zeit, wann und was Du willst!
(Als Mitglied keine Beschränkung auf einen bestimmten Kurs, gilt auch für Sonderkurse und Pole-Dance !!!)
mit viel Spaß für wenig Geld (Beitrag nur € 25,- im Monat, egal wo und wie oft ihr in der Woche tanzt)
fast jeden Tag, und wenn Du Lust hast: Auftritte, Turniere und Battles möglich - **bei uns seid ihr richtig und wichtig!**
Als Mitglied können ALLE infrage kommenden Kurse ohne Zusatzkosten belegt werden!
Der Einstieg in die Kurse ist jederzeit ohne Anmeldung möglich - einfach kommen!