

**BALLETTSCHULE im eigens eingerichteten BALLETTSTUDIO im Vereinsheim****mit Julia, Stageschool of Music, Dance and Drama, Hamburg - Waganowa-Methode - 21 Gruppen!!!**

Montag:	16.30 - 17.30	ca. 3-5 Jahre	Vereinsheim (Nicole)
Montag:	17.30 - 18.30	ca. 5-8 Jahre	Vereinsheim (Nicole)
Montag:	20.00 - 21.30	ab ca. 15 J.+Adults-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-Fortgeschrittene+Spitzentanz	Vereinsheim (Velizara)
Dienstag:	18.30 - 20.00	ab ca. 11 Jahre	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 + Adults	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
Sonntag:	11.00 - 12.00	ca. 3-5 Jahre	Vereinsheim (Lena)
Sonntag:	12.00 - 13.00	ca. 5-8 Jahre	Vereinsheim (Lena)

**NEU NEU NEU !!!  
NEU NEU NEU !!!****Workshops mit Gasttrainern in Zusammenarbeit mit dem Stadttheater Giessen werden durchgeführt!****BALLETT-FITNESS**

Dienstag:	20.00 - 21.00	Julia	jedes Alter - der aktuelle Fitnesstrend	Vereinsheim
-----------	---------------	-------	---	-------------

**CONTEMPORARY / MODERN DANCE**

Montag:	17.30 - 18.30	Julia	bis ca. 12 Jahre	Vereinsheim
Montag:	18.30 - 20.00	Julia	ab ca. 13 Jahre + Adults	Vereinsheim
Dienstag:	18.30 - 20.00	Ana Clara	ab ca. 13 Jahre + Adults	Vereinsheim
Freitag:	19.30 - 21.00	Ana Clara	ab ca. 13 Jahre + Adults	Vereinsheim

**RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK**

Freitag:	16.30 - 17.45	Yulia	ca. 4-12 Jahre	Vereinsheim Raum V
Freitag:	17.45 - 19.00	Yulia	ab ca. 12 Jahre	Vereinsheim Raum V
Sonntag:	10.00 - 11.15	Yulia	ca. 4-12 Jahre	Turnhalle WSO
Sonntag:	11.15 - 13.00	Yulia	ab ca. 12 Jahre	Turnhalle WSO

**NEU NEU NEU !!!** **kreativer KINDERTANZ im KINDERTANZCLUB**

Montag:	16.30 - 17.30	Natalie	ca. 3 - 5 Jahre	Vereinsheim
Mittwoch:	16.30 - 17.30	Fenja	ca. 3 - 5 Jahre	Vereinsheim

**HIP-HOP - Urban Dance Styles OpenClass-Gruppen**

Montag:	18.30 - 20.00	Ina	ab ca. 12 Jahre	Vereinsheim
Dienstag:	17.30 - 18.30	Laura	Kids Leistungsgruppe	Vereinsheim
Dienstag:	18.30 - 20.00	Jemal	ab ca. 13 Jahre + Adults - Hip-Hop	Vereinsheim
Mittwoch:	16.30 - 17.30	Laura ++	Hip-Hop Kids ab ca. 5 Jahre	Vereinsheim
Mittwoch:	17.30 - 18.30	Laura ++	Hip-Hop Kids/Youth ab ca. 8 J.	Vereinsheim
Mittwoch:	17.30 - 19.00	Abtin	Hip-Hop ab ca. 12 Jahre + Adults	Vereinsheim
Mittwoch:	19.00 - 20.15	Abtin	Hip-Hop ab ca. 12 Jahre + Adults (2. Kurs)	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
Donnerstag:	18.00 - 20.00	Ina	HH-Leistungsgruppe	Vereinsheim
Donnerstag:	19.30 - 20.45	Abtin	jedes Alter, auch Adults	Vereinsheim
Freitag:	18.30 - 20.00	Roja	Jugend+Adults	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 + Adults	Vereinsheim
-----------	---------------	------	--------------------------	-------------

**BREAKDANCE (olympische Disziplin 2024 in Paris!!!)**

Montag:	17.00 - 18.00	Fabricio+Alex	„Mini-Breaker“ ab ca. 5 Jahre (2 Gruppen)	Vereinsheim
Montag:	18.00 - 19.00	Fabricio	Neueinsteiger ca. 9-14 Jahre	Vereinsheim
Dienstag:	17.00 - 18.00	Fabricio	„Mini-Breaker“ ab ca. 5 Jahre	Turnhalle WSO
Dienstag:	18.00 - 20.00	Fabricio	Battle-Training Advanced	Turnhalle WSO
Donnerstag:	18.00 - 20.00	Fabricio	Show-Training	Turnhalle Ludwig-Uhland-Schule LUS
Freitag:	18.00 - 19.30	N.N.	freies Training	Vereinsheim

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

Dienstag:	15.30 - 16.30	Angelika	ca. 4-6 Jahre	Tanzsternchen-Nachwuchs
Dienstag:	16.30 - 17.30	Angelika	ca. 6-9 Jahre	Tanzsternchen-Nachwuchs
Donnerstag:	16.00 - 17.00	Angelika	ca. 8-10 Jahre	Tanzsternchen I
Donnerstag:	17.00 - 18.00	Angelika	ca. 11-12 Jahre	Tanzsternchen II
Donnerstag:	18.00 - 19.30	Angelika	ab ca.13 Jahre	"Gloria"

**ISRAELISCHE VOLKSTÄNZE:**

Donnerstag:	19.30 - 21.00	Michael+Angelika	jedes Alter	Vereinsheim
-------------	---------------	------------------	-------------	-------------

**LATEINAMERIKANISCHE TÄNZE - BASICS / Grundlagentraining**

Mittwoch:	19.30 - 20.30/21.30	Adina+Alex	jedes Alter, Partner nicht notwendig, Beginner / Fortgeschrittene	Vereinsheim
-----------	---------------------	------------	---	-------------

**SALSA + BACHATA + KIZOMBA**

Sonntag:	15.30 - 16.50	Julia - SALSA	jedes Alter, Anfängerkurs, Partner nicht notwendig	Vereinsheim
Sonntag:	17.00 - 18.20	Julia - BACHATA	jedes Alter, Anfängerkurs, Partner nicht notwendig	Vereinsheim
Sonntag:	18.30 - 19.50	Julia - SALSA	jedes Alter, Fortgeschrittene	Vereinsheim
Donnerstag:	20.00 - 21.30	Mark+Julia - KIZOMBA	jedes Alter	Vereinsheim

**ROCK 'N' ROLL****ab sofort für alle Alters- und Leistungsstufen mit dem Meisterpaar Christina Bischoff-Moos + Lukas Moos**

Donnerstag:	17.30 - 19.30	Turniertraining	Turnierpaare	Vereinsheim
Freitag:	16.30 - 18.00	Basic-Training Beginner (Eileen+Anna)	ab ca. 6 Jahre + Schnupperer	Vereinsheim
Freitag:	16.30 - 18.00	Beginner + Fortgeschrittene	ab ca. 13 Jahre+Adults + Schnupperer	Vereinsheim
Freitag:	18.30 - 20.30	Turnier-+ Akrobatiktraining	Turnierpaare mit Partner	Turnhalle WSO

**wir starten neue Beginnergruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Partner vorerst nicht notwendig - kommen und ausprobieren !****KAMPFSPORT + PARKOUR****KUNG FU + MIXED MARTIAL ARTS (MMA)**

Mittwoch:	17.00 - 18.00	Jan-Erik	Kids ab ca. 5 Jahre	Kung Fu	Studio I
Mittwoch:	18.00 - 19.30	Jan-Erik	Jugendliche + Adults - Mixed Martial Arts		Studio I
Montag:	17.00 - 18.00	Arnaud	Kids ab ca. 5 Jahre		Studio I
Montag:	18.00 - 19.00	Arnaud	Jugendliche und Adults		Studio I
Freitag:	16.00 - 17.00	Ali	Karate-Kids ab ca. 5 Jahre		Studio I
Dienstag:	19.30 - 21.00	Jan-Erik	ab ca. 13 Jahre + Adults		Studio I

**TAEKWONDO - HTU/DTU (einziger vom DOSB anerkannter Verband!)**

Dienstag:	16.30 - 18.00	Jannik	Wettkampfttraining	Studio I
Donnerstag:	16.00 - 17.00	Jannik + Nico	Kids ab ca. 5 Jahre, Beginner	Studio I
Donnerstag:	17.00 - 18.00	Jannik	Kids ab ca. 5 Jahre, Fortgeschrittene	Studio I
Donnerstag:	18.00 - 19.30	Jannik	ab ca. 13 Jahre + Adults, alle Levels	Studio I
Sonntag:	16.00 - 17.00	Jannik + Nico	Kids ab ca. 5 Jahre Beginner	Studio I
Sonntag:	17.00 - 18.00	Jannik	Kids ab ca. 5 Jahre Fortgeschrittene	Studio I
Sonntag:	18.00 - 19.30	Jannik	ab ca. 13 Jahre + Adults alle Levels	Studio I

**KICKBOXEN - HKBV/WAKO (einziger vom DOSB anerkannter Verband!) + Thai-Boxen + Boxen**

Montag:	19.30 - 21.30	Stephan	Wettkampfttraining	Studio I
Dienstag:	18.00 - 19.30	Stephan	Jugend ab ca. 13 J.+ Adults Beginner	Studio I
Mittwoch:	19.30 - 21.30	Stephan	Wettkampfttraining	Studio I
Donnerstag:	19.30 - 21.00	Michael	Jugend ab ca. 13 J.+ Adults, Beginner	Studio I
Freitag:	17.00 - 18.30	Ali	Jugend ab ca. 13 J.+ Adults, Beginner / Thai Boxen/Boxen	Studio I
Sonntag:	17.00 - 18.30	Ali	jedes Alter / Thai Boxen/Boxen	Vereinsheim

**CAPOEIRA**

Montag:	20.00 - 21.30	Patrik	jedes Alter	Turnhalle WSO
Donnerstag:	20.00 - 21.30	Patrik	jedes Alter	Turnhalle WSO

**PARKOUR**

Mittwoch:	18.30 - 20.00	Jan	jedes Alter	Turnhalle WSO
Sonntag:	15.30 - 16.45	Jan	Kids ca. 5-7 Jahre-"Mini Warriors"	Turnhalle WSO
Sonntag:	16.45 - 18.00	Jan	Kids ca. 8-12 Jahre	Turnhalle WSO
Sonntag:	18.00 - 19.30	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 + TWERXOUT + CHAIRDANCE**

**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 (nicht eine pro Kurs!!!), danach ist eine Vereinsmitgliedschaft erforderlich oder alternativ kann eine 10er-Karte für € 65,- bei der Kursleitung erworben werden.

**BODY EMOTION + YOGA + AEROBIC + PILATES + RÜCKEN-FIT + BODYSTYLING + KETTLEBELL + TRAMPOLIN + STRETCHING +++**

Kursbeschreibungen, Zeiten und Infos: [www.tanz-giessen.de](http://www.tanz-giessen.de) und Sonderflyer

**ZUMBA**

Dienstag:	20.15 - 21.15	Jassmine	keine Altersbeschränkung	Vereinsheim Raum V
Mittwoch:	19.00 - 20.00	Jassmine	<b>STRONG</b> by ZUMBA Workout	Vereinsheim
Samstag:	10.15 - 11.15	Randi	jedes Alter	Vereinsheim
Sonntag:	17.00 - 18.00	Jassmine	jedes Alter	Vereinsheim
Freitag:	19.30 - 20.30	Julia	jedes Alter	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 + Wegbeschreibungen s. HP)**

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

**STUDIO I: 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 über den 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 / Eingang Paul-Meimberg-Straße, 35392 Gießen

**[www.tanz-giessen.de](http://www.tanz-giessen.de)**

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

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

**Bitte beachten: Einschreibe-Briefe und Briefe die an die Unterrichtsorte adressiert sind, werden nicht zugestellt!**

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

Über 900 Boys + Girls tanzen, turnen und kämpfen bei uns in über 140 Kursen, die großen Schwestern machen sich fit mit POLE-DANCE + TWERXOUT und die

Muttis tanzen ZUMBA und machen FITNESS und YOGA – das könnt ihr auch! Kommt einfach vorbei und probiert es 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 teilnehmt)

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!**