

**Tanz-, Pole-Sport-, Gesundheits-, Fitness-, Kampf-+ Freizeitsport-Angebote der TSG Blau-Gold Gießen für Mittelhessen - in Deutschlands größtem Tanz-Sportverein sowie Mitglied im Deutschen Turnverband**

**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	<b>Spitzentanz</b>	Vereinsheim

**Workshops mit Gastrainern 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+Gastrainer	ab ca. 13 Jahre	Vereinsheim
Dienstag:	18.30 - 20.00	Ana Clarajedes Alter		Vereinsheim <b>neu neu neu !!!</b>
Donnerstag:	19.30 - 21.00	Aziz	Fortgeschrittene ab ca. 13 Jahre	Vereinsheim

**kreativer KINDERTANZ im KINDERTANZCLUB**

Montag:	16.30 - 17.30	Julia	ca. 3 - 5 Jahre	Vereinsheim <b>neu neu neu !!!</b>
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 <b>neu neu neu !!!</b>
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	<b>Israelische Volkstänze</b>

**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	<b>KUNG FU</b> jedes Alter	Studio I	
Montag:	17.30 - 18.30	Arnaud	<b>JUDO</b> Kids ab ca. 5 Jahre + Jugendliche	Studio I	
Freitag:	16.00 - 17.00	David	<b>KARATE</b> Karate-Kids ab ca. 5 Jahre	Studio I	
Freitag:	19.30 - 21.00	David	Jugendliche + Adults	Studio I	nur nach Anmeldung per E-Mail
Freitag:	18.30 - 19.30	Norbert	<b>AIKIDO</b> ab ca. 13 Jahre	Studio I	neu neu neu !!!
Donnerstag:	16.00 - 17.00	Jannik+Nico	<b>TAEKWONDO</b> 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	<b>KICKBOXEN</b> Adults mit Vorkenntnissen	Vereinsheim	
Mittwoch:	20.00 - 22.00	Stephan	Adults Wettkampfttraining	Vereinsheim	
Donnerstag:	19.00 - 20.30	Michael	Jugendliche ab ca.13 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.13 J.+ Adults, Beginner	Studio I	
Sonntag:	15.30 - 17.00	Ali	jedes Alter	Vereinsheim	neu neu neu !!!
Montag:	20.00 - 21.30	Patrik	<b>CAPOEIRA</b> jedes Alter	Vereinsheim	
Mittwoch:	20.00 - 21.30	Patrik	jedes Alter	Vereinsheim	
Mittwoch:	18.30 - 20.00	Jan	<b>PARKOUR</b> 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](http://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](http://www.tanz-giessen.de) und Sonderflyer

Montag:	19.00 - 20.00	Denise	<b>BOKWA-FITNESS</b> ab ca. 15 Jahre Fitness und Dance	Vereinsheim	
Dienstag:	20.15 - 21.15	Jasmine	<b>ZUMBA</b> keine Altersbeschränkung	Studio I	
Mittwoch:	19.00 - 20.00	Jasmine	<b>STRONG by ZUMBA Workout</b>	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](http://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](mailto: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!**