

Trainingszeiten

Breitensport

Mittwoch-Gruppe	20:00-21:20 Uhr	Halle 4
Sonntag-Gruppe 1	17:00-18:20 Uhr	NEU!
Sonntag-Gruppe 2	18:20-19:40 Uhr	
Sonntag-Gruppe 3	19:40-21:00 Uhr	

Gesellschaftstanz

Samstag	18:00-19:20 Uhr	Halle 4
ca. 14-tägig nach Vereinbarung/Ankündigung		

Orientalischer Tanz

Jugendraum/Halle 5

Montag „Nuriyya“ (Anfänger-Mittelstufe)	20:00-21:30 Uhr
Freitag „Atesh Azhar“ (Mittelstufe-Fortgeschritten)	20:15-21:45 Uhr

Ihre Ansprechpartner

Dirk Münstermann

Vorsitzender der Tanzsportabteilung

Telefon: 06151 350271

E-Mail: Tanzsport@sg-arheilgen.de

www.sg-arheilgen.de/tanzsport-home.html

Yanrui Dong

Stellvertretende Vorsitzende

Telefon: 06150 188602

E-Mail: Yanrui.Dong@gmx.de

Corinna Jedamzik

Orientalischer Tanz

Telefon: 06155 6870

E-Mail: Chiara.Naurelen@web.de

Tanzsport bei der SGA Taktvoll in Form!



Sportgemeinschaft Arheilgen e.V.

Auf der Hardt 80
64291 Darmstadt-Arheilgen

Telefon: 06151 376330

Telefax: 06151 351212

E-Mail: sga@sg-arheilgen.de

www.sg-arheilgen.de

Sprechzeiten der SGA-Geschäftsstelle

Montag und Donnerstag 16-19 Uhr

Mittwoch 10-12 und 16-19 Uhr

Die SGA-Premium-Partner

MERCK



Finde Deinen Sport!

Tanzsport



„Darf ich bitten?“

Wer schon immer Paare bewundert hat, die zu schöner Musik mit eleganten Bewegungen übers Parkett gleiten, hat bei der SGA die Möglichkeit, selbst in diesen faszinierenden Sport einzusteigen:

Mit Standard-/Lateintanz sowie dem orientalischen Tanz bieten wir den Tanzsport in verschiedenen Facetten an – mit viel Spaß und ohne strenge Etikette, aber immer taktvoll und im Rhythmus zur Musik. Der Einstieg ist einfach: Außer passenden Schuhen benötigt man eigentlich nur noch etwas Spaß an Bewegung und Musik.

Schon nach wenigen Schritten wird klar, dass Tanzen ein echtes Ganzkörpertraining ist und bei der SGA zu Recht Tanz"sport" heißt: Gleichgewichtssinn und Körperspannung werden gestärkt, das Gefühl für den eigenen Körper wird verbessert, und letztlich hat auch der Kopf etwas zu tun, der sich die Figurenfolgen merken und passend zur Musik umsetzen muss.

Tanzinteressierte sind herzlich willkommen: Schnuppertraining sowie Quer- oder Wiedereinstieg sind nach vorheriger Rücksprache und abhängig von den individuellen Vorkenntnissen in allen Gruppen möglich.



Breitensport

In mehreren nach Fortschritt unterteilten Gruppen werden die aus der Tanzschule bekannten Standard- und Lateintänze unterrichtet. Beginnend von Grundsritten werden diese nach und nach zu abwechslungsreichen Figurenfolgen ausgebaut. Geleitet wird das Training durch ein sehr erfolgreiches ehemaliges Turnierpaar. Hierdurch gewährleistet die SGA eine optimale Betreuung, und es kann angemessen auf individuelle Bedürfnisse eingegangen werden.

Gesellschaftstanz

In dieser Gruppe werden vorhandene Tanzkenntnisse aufgefrischt und weiter ausgebaut. Vorrangiges Ziel ist dabei, sich auch ohne komplexe Figuren und festgelegte Schrittfolgen ansprechend und sicher z. B. auf Tanzveranstaltungen bewegen zu können.

Veranstaltungen


Neben dem eigentlichen Training bietet die Tanzsportabteilung verschiedene weitere Aktivitäten: Tanzabende, Abnahme zum Tanzsportabzeichen, freies Training, Weih-


nachtsfeier und gemeinsame Ballbesuche sind willkommene Gelegenheiten, bei denen die gelernten Schritte in die Praxis umgesetzt werden können.

Orientalischer Tanz

... das ist Lebensfreude, Körpergefühl und Faszination an der Welt von 1001 Nacht. Der orientalische Tanz umfasst eine gewaltige Bandbreite an unterschiedlichen Rhythmen und Tempi. Jedes Land des Mittelmeerraums und des Orients hat seine eigenen Tänze, und jede Volksgruppe hat eine eigene Art, sich im Tanz auszudrücken. Diese Palette wird bereichert durch Accessoires, besonders beliebt sind Schleier und Lichtertanz.



Die Gruppe „Nuriyya“ („lichtvoll“)  trainiert vorwiegend Basistechniken und einfache Kombinationen im Level 0-3. Anfänger werden jeweils Tanzpartner zur Seite gestellt, so dass sich Fortschritte schneller einstellen.

Die Gruppe „Atesh Azhar“  („Feuerblumen“) ist weiter fortgeschritten und trainiert etwa auf Level 3-7. Als Ensemble tritt die Gruppe gerne bei Feierlichkeiten oder vor Fachpublikum auf.