

Stundenplan "Boogie & Swing 2019"

Samstag, 04.05.2019

Stand: 06.01.2018

Uhrzeit			Länge			Anmerkung: Die Hallenaufteilung (welche Einheit findet wo statt) erfolgt erst zum Seminarstart				
08:15	09:00	00:45	Check-In (in der Mensa)							
09:00	09:30	00:30	Begrüßung (in der Sporthalle Landwehr)							
09:30	10:00	00:30	gemeinsames Aufwärmen (in der Sporthalle Landwehr)							
10:00	11:15	01:15	Einheit 1 - Level 2a Andrea & Michael How to make your partner look good	Einheit 1 - Level 2b Elsa & Andreas Easy Peasy, Lemon Squeezy	Einheit 1 - Level 3 Kerstin & Johannes Kleinere „Lifts & Dips“ (z.B. Hebungen/Liegen/Taucher)	Einheit 1 - Level 4 Jessica & Markus Wie bekomme ich meine Figuren "passend" in die Musik"?	"Spezialstunde" Agnieszka & Grzegorz Feet On Fire Charleston (Fast Charleston Routine)			
11:15	11:35	00:20	Pause - 20 min.							
11:35	12:50	01:15	Einheit 2 - Level 2 Jessica & Markus Spiel mit der Musik (Variationen, Schritte, Interpretation)	Einheit 2 - Level 3a Andrea & Michael Rhythm Variations	Einheit 2 - Level 3b Elsa & Andreas ELAN's Favourites	Einheit 2 - Level 4 Agnieszka & Grzegorz Boost Up Your Competition technique	"Spezialstunde" ab Level 3 Kerstin & Johannes Figuren einfach selber bauen			
12:50	13:50	01:00	Mittagspause - 60 min.							
13:50	15:05	01:15		Einheit 3 - Level 2 Kerstin & Johannes Was ist eigentl. diese „Spannung“? (versch. Übungen & kl. Figuren)	Einheit 3 - Level 3 Agnieszka & Grzegorz Lead & Follow Figures	Einheit 3 - Level 4 Andrea & Michael Dynamic	"Spezialstunde" Elsa & Andreas mit Jessica & Markus Stealing			
15:05	15:25	00:20	Pause - 20 min.							
15:25	16:40	01:15	"Spezialstunde" - Level 2 Kerstin & Johannes	"Spezialstunde" - Level 2/3 Jessica & Markus	"Spezialstunde" - Level 3 Agnieszka & Grzegorz	"Spezialstunde" - Level 4 Elsa & Andreas	"Spezialstunde" für Trainer Andrea & Michael Train The Trainer - Dance Principles			
ab 19:00			PARTY!!! ...Veranstaltungsort wird noch festgelegt							

Stundenplan "Boogie & Swing 2019"

Sonntag, 05.05.2019

Stand: 06.01.2018

Uhrzeit		Länge	Anmerkung: Die Hallenaufteilung (welche Einheit findet wo statt) erfolgt erst zum Seminarstart				
09:30	10:00	00:30	gemeinsames Aufwärmen (in der Sporthalle Landwehr)				
10:00	11:15	01:15	Einheit 4 - Level 2a Andrea & Michael Mix the 6 with the 8	Einheit 4 - Level 2b Kerstin & Johannes Figuren mit der „anderen“ Hand (Herr Rechts – Dame Links)	Einheit 4 - Level 3 Elsa & Andreas Twistin' the night away	Einheit 4 - Level 4 Agnieszka & Grzegorz Extraordinary Musicality	"Spezialstunde" ab Level 3 Jessica & Markus Charleston-Boogie-Solo
11:15	11:35	00:20	Pause - 20 min.				
11:35	12:50	01:15	Einheit 5 - Level 2 Elsa & Andreas Simple 8-Count Variations	Einheit 5 - Level 3a Andrea & Michael Musicality	Einheit 5 - Level 3b Jessica & Markus Turns, Turns, Turns + Übungen und Variationen	Einheit 5 - Level 4 Kerstin & Johannes Swing-Out-Variationen	"Spezialstunde" Agnieszka & Grzegorz Aerials
12:50	13:50	01:00	Mittagspause - 60 min.				
13:50	15:05	01:15	Einheit 6 - Level 2a Agnieszka & Grzegorz Go Crazy with your Basic Figures	Einheit 6 - 2b Jessica & Markus Du & Ich – Lead & Follow	Einheit 6 - Level 3 Andrea & Michael Slow	Einheit 6 - Level 4 Elsa & Andreas Performance Boost	"Spezialstunde" Kerstin & Johannes Musiktheorie (und Praxis)
15:05	15:15	00:10	Pause - 10 min.				
15:15	15:30	00:15	Verabschiedung (in der Sporthalle)				