

232-09115 Klassisches Ballett

Kursnr.	232-09115
Beginn	Mittwoch, 06.09.2023, 17:00 - 18:15 Uhr
Termin/e	12
Kursort	vhs, Peterstraße, Raum 233
Entgelt	110,00 €
Ermäßigung	110,00
Kursleiter/innen	Alekszandr Szivkov
Informationen	Kein Unterricht am 01. November 2023. Bitte tragen Sie in unseren Übungsräumen immer nur Jazz-, Gymnastik-, Ballett- oder Turnschuhe mit hellen Sohlen, die nicht abreiben und nicht auf der Straße getragen werden. Danke! Kein Unterricht in den Ferien

Klassisches Ballett stellt eine sehr effektive Methode dar, um eine aufrechte Haltung und damit verbunden Balance und Koordination zu schulen. Gleichzeitig wird die Muskulatur in ihrem komplexen Zusammenspiel trainiert, da das klassische Ballett den gesamten Körper gleichmäßig beansprucht. Nach Basisübungen an der Stange werden Platzierungs- und Balanceübungen im Raum sowie verschiedene Schrittvvariationen und leichte Sprünge durch die Diagonale geübt.

Alekszandr Szivkov studierte Tanz in Ungarn und den Niederlanden. Zurzeit arbeitet er an der Niederländischen Nationaloper in Amsterdam, beim Tanztheater Erfurt und dem Theater Aachen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
06.09.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
20.09.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
27.09.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
18.10.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
25.10.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
08.11.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
15.11.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
22.11.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
29.11.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
06.12.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
13.12.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233
20.12.2023	17:00 - 18:15 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 233