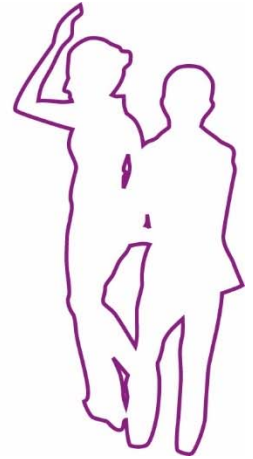


Salsa

Tanzschule
in Donauwörth



SALSA GUIDE

Liebe Salser@,

wir möchten uns für deine Teilnahme an den Kursen der Tanzschule SALSA IN DONAUWÖRTH bedanken. Wir freuen uns, unser Wissen und unsere Erfahrungen mit dir zu teilen.

Salsa ist das spanische Wort für „Soße“. Der Rhythmus, sowie der dazugehörige Tanz heißt so aufgrund der Mischung unterschiedlicher afro-karibischer und lateinamerikanischer Rhythmen, die seit den 70er Jahren in den großen städtischen Ballungsgebieten der USA von den *Latinos* aus Cuba, Puerto Rico, Mexico, Kolumbien u.v.m. zu einem explosiven, tanzbaren neuen Musikstil, – eben jener sprichwörtlichen „Soße“– zusammengebraut wurden, zu der es sich so wunderbar ausdrucksstark tanzen lässt.

Im Salsa Cubana Kurs lernst du:

- Salsa Grundschrirte & Basis Elemente
- Offene und geschlossene Tanzhaltung
- Entspannte, richtige Körperhaltung
- Stärkung des Rhythmusgeföhls
- Föhren & Folgen

Nützliche Tipps:

Takt:

- Wir zählen „eins – zwei – drei“ / „fünf – sechs – sieben“, auf vier und acht machen wir eine Pause, manchmal auch einen Tip (unbelasteter Schritt)
- Höre erst auf die Musik und beginne dann zu tanzen

Tanzschule SALSA IN DONAUWÖRTH

Postanschrift:

Erland Weber
Am Spitzigen Berg 7
86609 Donauwörth

Kontaktdaten:

Telefon: 0906 1701747
Mobil: 0176 63098496
E-Mail: erland@salsa-donauwoerth.de
Internet: www.salsa-donauwoerth.de

Bankverbindung:

Commerzbank Augsburg
IBAN: DE28 7204 0046 0113 4287 00
BIC: COBADEFFXXX
Steuernummer: 111/285/40220

Salsa-Grundschrift:

- Männer beginnen auf der „Eins“ mit dem linken Fuß nach vorne, Frauen dementsprechend mit dem rechten Fuß zurück

Körperhaltung:

- Aufrechte Körperhaltung, Arme angewinkelt, also nicht hängen lassen

Tanzhaltung:

- *Offene Tanzhaltung*: nur Fingerspitzen, ohne Daumen!
- *Geschlossene Tanzhaltung*: rechte Hand des Mannes am Schulterblatt der Frau, Frau legt ihren Arm leicht auf dem Arm des Mannes ab

Führung:

- Der Mann führt, die Frau lässt sich führen: Die Männer sind dafür verantwortlich, dass die Frau gut aussieht
- Frauen: Bewegt euch feminin und sexy

Paartanz:

- Tanze mit deinem Partner, nicht für dich allein, d.h. Blickkontakt
- Frauen greifen nicht nach der Hand des Mannes
- Frauen, bitte lasst die Hände dort wo der Mann sie abgelegt hat - egal wo :)

Körperhygiene:

- Achte auf deine Körperhygiene: Waschen, Deodorant & gegebenenfalls ein T-Shirt zum Wechseln. Parfüm nicht übermäßig auftragen. Vor dem Kurs und in den Pausen nicht Rauchen. Kein Döner, Knoblauch etc. vor dem Tanzen essen.

Kleidung:

Für deine ersten Stunden benötigst du lediglich saubere Wechselschuhe. Straßenschuhe müssen draußen bleiben, da sie die Tanzfläche verschmutzen und beschädigen!

Wir empfehlen dir bequeme und leichte Kleidung zu tragen und Schuhe ohne Gummiprofil.

Kurssystem / Fortschrittsregel:

Salsa ist bei uns in die Gruppen Salsa Cubana und Salsa Fortgeschrittene aufgeteilt.

In jeder Gruppe gibt es in jeder Kursperiode immer neue Kombinationen und Schwerpunkte.

Einsteiger und Tänzer mit Vorkenntnissen fangen in der Gruppe Salsa Cubana an und wechseln, nachdem sie mehrere Kursperioden in dieser Gruppe getanzt haben – nach ca. sechs bis neun Monaten – in die Salsa Fortgeschrittenen Gruppe, in der wir verstärkt auch die anderen Salsa-Tanzstile tanzen.

Oft werden von den Schülern auch beide Gruppen parallel besucht um einerseits anspruchsvollere, neue Kombinationen zu lernen, andererseits um Routine bei den Grundlagen zu bekommen.

Gib niemals auf, je schwerer der Anfang umso größer die Leidenschaft – tanze mit Herz und Gefühl!

Zugang zum Schülerbereich unserer Website

Wenn du bei uns regelmäßig Veranstaltungen besuchst, bekommst du per E-Mail Zugangsdaten zum internen Bereich unsere Website. Du kannst dann vereinfacht Kurse buchen und zusätzliche Funktionen/Informationen nutzen. Manchmal gibt es dort auch die Möglichkeit die Kurse günstiger zu buchen.

Tanzpartner/in

Wir achten darauf, dass in unseren Kursen gleich viele Frauen und Männer angemeldet sind. Bei einem Ungleichgewicht versuchen wir die Balance mit Aushilfen aus höheren Kursen herzustellen. Einen Tanzpartner mitzubringen ist also nicht nötig. Wenn du jedoch die Möglichkeit hast jemanden zu motivieren, umso besser!

Partnerwechsel

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass der Lernfortschritt und der Spaß am größten sind, wenn wir oft Partnerwechsel machen und jeder mit jedem tanzt. Dies ist natürlich freiwillig, wer nicht wechseln möchte bleibt zusammen.

Party/Übungsmöglichkeiten:

Wir bieten jeden Monat mindestens eine Party/Übungsmöglichkeit in wechselnden Locations in Donauwörth und Umgebung an. Die Termine und Einzelheiten hierzu findest du in unserem Programm.

Partys sind übrigens genauso wichtig wie Kurse, um Tanzen zu lernen. Auch absolute Anfänger können bei unseren Partys mitmachen. Vor der Party gibt es immer einen Workshop, bei dem die Grundlagen nochmal geübt werden. Bei dem Workshop lernst du dann auch gleich viele Leute kennen, die danach auf der Party sind.

Denke daran: ÜBUNG macht den Meister 😊

Probiere auch die anderen Party-Tänze wie Bachata & Kizomba!

Und das Wichtigste: Hab´ Spaß!!!