



## ANGEBOTE, PROFIL

### AUTHENTIC AMERICAN-AFRICAN JAZZ DANCE (VERNACULAR JAZZ / “HIP HOP SEIT 1930”)

Die Basis des Jazztanzes: Körperwahrnehmung, Koordination, Rhythmusgefühl und Bewegungskreativität und ansteckende Bewegungsfreude - auch für (Noch-)Nicht-Tänzer ein motivierendes Motorik- und Cardiotraining.

- Original Big Apple
- Authentic Jazz
- Charleston
- Twist & Soul



### SWING-PAARTANZ

- Lindy Hop
- Charleston
- Balboa/Bal-Swing
- Blues

### FITNESS + WELLNESS

- div. Group Fitness: Fitness/-gymnastik, BBRP, Rücken, Work-out, Cardio, Stretching ... etc.
- div. Dance-Fitness, z. B. Tanz & Bewegung, Disco Party, Groove Moves, ...
- Swing (f)it! - Cardio+Motoriktraining auf Basis von African-American Dance, starkes Gruppenerlebnis

Kommunikation ist meine Passion, Bewegung ein Lebensmittel, und beides finde ich im Tanzen leidenschaftlich vereint.

### **Workshops, Kurse und Langzeitvertretungen:**

in Kultureinrichtungen, Tanzschulen, Sport- und Tanzsportvereinen, Fitnesscentern, Hochschulsport sowie als Unternehmens-Incentive.

Mehrjährige kontinuierliche Zusammenarbeit mit

- Sportspass e. V.
- Kulturladen St. Georg
- Big Band „Shiny Stockings“
- Hummelsbütteler Sportverein
- TV Lokstedt
- Dance Devils e. V.
- weitere Tanz-, Fitness- und Kulturanbieter

### **Tänzerischer Lernprozess**

1998 entdeckte ich Lindy Hop und Authentic Jazz - die „Swing“-Tänze. Ich begann, mir dieses Kulturerbe in Kursen, internationalen Workshops, Practice Groups und autodidaktisch anzueignen.

2006 habe ich begonnen, meine Leidenschaft weiterzugeben.

In meinen Tanz und Unterricht fließen Kenntnisse und Erfahrungen in Somatics und diversen Tanzformen (u. a. New Dance, Hip Hop, Tango Argentino).

### **Sportliche Qualifikation**

- |         |  |
|---------|--|
| 05/2004 | <u>Somatics</u> („Zapchen“-Methode: Körperwahrnehmung, Body-Mind-Alignment nach Dr. Julie Henderson), 5tägige Schulung |
| 11/2004 | <u>DTB-C-Lizenz</u> Übungsleiter Breitensport/Fitness  |
| 12/2008 | C-Lizenzverlängerung   |
| 06/2010 | <u>DTB-DanceStar-Trainer</u>   |
| 01/2013 | C-Lizenzverlängerung   |
| 01/2017 | C-Lizenzverlängerung   |
| 10/2024 | C-Lizenz erneuert (voraussichtlich)<br>Aktuell letzte Fortbildung 09/2024.   |