Tanz-Turnier-Club ORION in den Schwimm- und Sportfreunden Bonn 05 e. V.

Creid Academy

TANZSPORT DEUTSCHLAND DTV

TANZEN
MACHT SPAß

TANZSPORT BEI DEN SSF BONN 1905 E.V.

TANZEN IST SPORT!

TANZEN HÄLT JUNG UND FIT!

TANZEN MACHT GLÜCKLICH!

TANZEN VERBINDET!

FUNCTIONAL FITNESS FÜR TÄNZER

Fitness ist für Tänzer genauso eine wesentliche Grundlage wie für alle anderen Sportler auch. Doch stellt jede Sportart seine eigenen Anforderungen. Es erwartet euch ein herausforderndes Fitnesstraining, das eure körperliche Fitness zielgerichtet und nachhaltig verbessert. Im Fokus stehen dabei Körperspannung, Balance, Fußmuskulatur und Ausdauer

ÜBUNGSBETRIEB

Der Übungsbetrieb findet fortlaufend (in der Regel außerhalb der Schulferien) statt. Ein Einstieg in die Gruppen ist jederzeit möglich. Durch unsere qualifizierten Trainer/innen werden die Trainingsinhalte individuell an die Kenntnisse der teilnehmenden Paare angepasst und systematisch aufgebaut. Für den Einstieg werden teilweise Vorkenntnisse, z.B. aus einer Tanzschule, benötigt, die aber gerne auch schon länger zurückliegen dürfen (Wiedereinsteiger).
Wer unsicher ist, welches Anbot passt, wendet sich am besten vorab direkt an die Leitung. Auch für ein Schnuppertraining bitte einen Termin vereinbaren.

BEITRAG

Für die Teilnahme an den Gruppenangeboten ist die Abteilungsmitgliedschaft erforderlich:
SSF-Grundbeitrag zzgl. Abteilungsbeitrag von 30,70 € pro Quartal (für Kinder und Jugendliche 21,- €)

Offene Angebote wie Workshops haben eigene Tarife. Für Abteilungsmitglieder gelten hier Sonderkonditionen.

Herzlich willkommen
beim Tanzsport
bei den SSF Bonn 1905 e.V.

✉ tanzen@ssfbonn.de
💻 www.ssfbonn.de/sportabteilungen/tanzen

SSF BONN

TANZSPORT BEI DEN SSF BONN 1905 E.V.

FREUDE AN BEWEGUNG UND MUSIK SOWIE GEMEINSAM AKTIV ZU SEIN STEHEN BEI UNS IM VORDERGRUND.

Als Tanzsportabteilung der SSF Bonn möchten wir das Tanzen als Breitensport einem möglichst breiten Publikum zugänglich machen. Ambitionierten Tanzbegeisterten bieten wir einen Rahmen für ein zielgerichtetes Training zur erfolgreichen Teilnahme an Wettbewerben.

BREITENSPORT STANDARD/LATEIN
In unseren Breitensportgruppen trainieren wir die Tänze des Welttanzprogramms mit den Standardtänzen Langsamer Walzer, Tango, Wiener Walzer, Slowfox und Quickstep und den lateinamerikanischen Tänzen Samba, Cha-Cha-Cha, Rumba, Paso Doble und Jive.

TURNIERSPORT STANDARD
Im Turniertraining wird, auf dem Wege einer kontinuierlichen Verfeinerung, die Technik des Tanzens umfassend erarbeitet und die Kondition für Wettkämpfe aufgebaut.

IRISH DANCE
Wenn man Irish Dance hört, denken die meisten sofort an "Lord of the Dance" oder "Feet of Flames" und an Michael Flatley. Die pulsierende Lebensfreude des irischen Tanzes mit seiner jahrtausendealten Tradition findet fast überall Begeisterte.

WEST COAST SWING
Für Viele immer noch der Geheimtipp unter den Paartänzen. Ein Tanz mit weichen und flüssigen Bewegungen, der Freiraum für individuelle Formen und musikalische Improvisation lässt und auf Führen und Folgen basiert.

ROLLSTUHLTANZ SOLO
Rollstuhltanz Solo, bei der Tänzerinnen und Tänzer im Rollstuhl alleine tanzen, kombiniert verschiedene Tanzstile und kreative Bewegungen, die auf die Mobilität im Rollstuhl abgestimmt sind.

WORKSHOPS
In unregelmäßigen Abständen gibt es Workshops zu unterschiedlichen Tanzstilen, z.B. Discofox, Salsa usw.

HABEN SIE FRAGEN?

KONTAKT:

SSF Bonn Geschäftsstelle
Sportpark Nord, Infotheke
Kölnstr. 250, 53117 Bonn

Persönliche Beratung
Mo und Do: 15-18 Uhr
Mi und Fr: 10-13 Uhr
Telefonzeiten:
Mo und Do: 9-18 Uhr
Di und Mi: 9-16 Uhr
Fr: 9-13 Uhr
Tel: 0228 - 676868
E-Mail: kurse@ssfbonn.de
Web: www.ssfbonn.de

✉ tanzen@ssfbonn.de
💻 www.ssfbonn.de/sportabteilungen/tanzen