



Turnerschaft 1860

Frankfurt am Main-Heddernheim

Habelstraße 11, 60439 Frankfurt / Main

Historische Tänze

sind nicht unbedingt Mitmach-Tänze, wo man nur *mitlatschen* braucht. Die Choreografien und Tanzstile aus früheren Epochen wie Renaissance oder Barock beinhalten oft komplexe oder virtuose Kombinationen aus Schritten, Sprüngen und weiteren Bewegungen. Diese müssen erst einmal geübt werden.



Fig. 187 —The Dance called “La Gaillarde.”—Fac-simile of Wood Engravings from the “Orchésographie” of Thoinot Arbeau (Jehan Tabourot): 4to (Langres, 1588).

Darüber hinaus braucht man auch Orientierungssinn im Raum. Um sich in seiner Gruppenformation zu Recht zu finden oder sich nicht auf der Tanzfläche zu verirren. Getanzt wird sowohl einzeln, zu zweit als auch in verschiedenen Gruppenaufstellungen.

Tanzen an sich fördert sowohl körperliche als auch kognitive Fähigkeiten. Eine Portion Musik- und Rhythmusgefühl ist aber auch gefragt.

Wie das Wort *historisch* schon ankündigt wird zur Musik von schon länger bekannten Komponisten wie Lully, Händel, Prätorius, Strauss usw. getanzt.



Turnerschaft 1860

Frankfurt am Main-Heddernheim

Habelstraße 11, 60439 Frankfurt / Main

Eine Übungseinheit beginnt mit dem Aufwärmen, dann werden spezielle Schritt- und Bewegungstechniken geübt. Danach wird an Tänzen oder einer Choreografie gefeilt. Zu Abschluss gibt es noch ein bisschen Cool-Down. So wie in jeder anderen Sportstunde.

Unser Trainer absolvierte die Tanzleiterausbildung der Akademie Burg Fürsteneck und der LAG Tanz Hessen mit Schwerpunkt Historischer Tanz. Darüber hinaus erweiterte und vertiefte er seine Kenntnisse bei namhaften Referenten wie Jadwiga Nowaczek, Nicolle Klinkeberg, Hannelore Unfried, Bernd Niedecken u.a.

Von 2012 bis 2020 unterrichtete er bei der SKV Mörfelden.

Wer will sich auf oben genannte Herausforderungen einlassen und verschiedene Aspekte des Historischen Tanzes kennenlernen?

Jeder ist herzlichst willkommen.

Wir starten eine zweite Runde *Schnupperkurs* ab dem **8. Mai jeden Mittwoch von 19:00 bis 20:00 Uhr im Gymnastikraum** mit 4 Einheiten.

Ab Juni soll es dann ein **regelmäßiges Angebot** geben – gleiche Zeit gleicher Ort.

- Termine: 8.5., 15.5., 22.5., 29.5.
- 5 EUR für Mitglieder / 15 EUR für Nichtmitglieder
- Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen

Anmeldung und Fragen bis 1.5.2024 an:

tanz@turnerschaft-heddernheim.de



Internet: www.turnerschaft-heddernheim.de
E-Mail: kontakt@turnerschaft-heddernheim.de
Telefon: 069 / 57 75 33