



LUGERT
AKADEMIE

Kreative Choreografien **leicht gemacht**

Can Güleç

Mit unterschiedlichen einfachen Moves und Schrittfolgen können schnell eigene kleine Choreos erarbeitet werden – alleine oder auch in der Gruppe.

Social Dances

Bei den sogenannten Social Dances geht es in erster Linie darum, „locker“ zu werden und Spaß zu haben. Tanz sollte nicht nur aus Leistung bzw. technisch-anspruchsvollen Moves bestehen, sondern Spaß bringen. Dafür ist diese Übung super. Wir brechen das Eis, kriegen ein Gefühl für unseren Schüler*innen und haben gemeinsam Spaß.

- Smurf
- Prep
- Gucci
- Rambo
- 2-Step

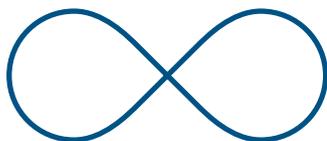
Info: Zu den einzelnen Schritten stellen wir nach dem Webinar kurze Tutorial-Videos zur Verfügung.

Isolationsübungen

Isolationsübungen sind Übungen, um einzelne Körperpartien „isoliert“ von den anderen zu bewegen, denn wir können unseren Körper in viele verschiedene Parts unterteilen. Zum Beispiel können wir den Oberkörper unabhängig vom Unterkörper bewegen. Danach übertragen wir diese Bewegungen in bestimmte Formen wie beispielsweise das Unendlichkeits-Zeichen. Mithilfe dieser Form können wir mit bestimmten Körperteilen diese Form „zeichnen“.

Später können diese isolierten Bewegungen auch zusammengeführt werden.

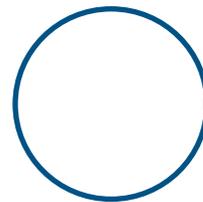
Unendlich



Kreuz



Kreis



Basic Steps

Basics Steps sind das Fundament unseres Tanzstils. Alle professionellen Tänzer*innen haben irgendwann einmal Basic Steps gelernt und diese dann zu etwas Eigenem geformt. Die Basis muss dafür aber gegeben sein, sodass wir von da aus dann Variationen oder eigene Schritte kreieren können. Die fünf gezeigten Steps sind Klassiker aus dem Hip-Hop Tanz.

- Patty Duke
- Kick Step
- Happy Feet
- ATL Stomp
- Bart Simpson

Info: Zu den einzelnen Schritten stellen wir nach dem Webinar kurze Tutorial-Videos zur Verfügung.