

## Family Swing

### Jam:

Bluts- oder Wahlverwandtschaft, groß oder klein, zusammen oder allein, Ursprungs-, Kern-, oder Groß-Familie. Wenn Ihr Lust habt mit Eurer Mischpoke einfach mal'n Stündchen angeleitet zu werden, swingend zu tanzen, kommt vorbei!

Ihr braucht dafür keinerlei Vorerfahrung. Für Alle. (5 € p.P.)

## Blues Tanz

### Taster:

Es ist immer schön, wenn die Welt zu Besuch bei einem ist, dann muss man nicht so weit fahren um mal über den Tellerrand zu tanzen.

In diesem Fall haben wir das Vergnügen, Simon bei uns begrüßen zu dürfen!

Simon kommt von Swinging Souls aus Trier und hat eine Menge Tanz-Qualitäten im Schuhgepäck, mit denen er ganz auf unserer Wellenlänge liegt. Natürlich könnten wir diese Qualitäten hier alle auflisten..., besser ist aber, Ihr kommt vorbei und tanzt mit!

Ein Angebot für alle Tanzenden. (13 € p.P.)

## Lindy Hop

### Groove:

Na gut, jetzt haben wir eine von Simons Qualitäten im Titel versteckt.

Findet sie als nächstes auch in Eurem Tanz!

Er hilft Euch dabei, charmant, unterhaltsam und kompetent!

(Zack, noch mehr Qualitäten!)

Ein Angebot für alle, ab Intermediate Level. (13 € p.P.)

## Tap

### Beginner:

Ach, steppen kann Simon auch?! Yep, und erklären wie es geht ebenso!

Mit lauten Schuhen perkussiv tanzen, macht an sich schon einen riesen Spaß

und hat in vielen Kulturen eine lange und bedeutende Tradition mit reicher Geschichte.

Dazu bereichert es aber auch jeden Tanz, den Ihr sonst noch auf der Pfanne habt!

Ihr braucht zur Teilnahme keinerlei Vorerfahrung oder Stepschuhe. (13 € p.P.)

## TAP

### Special:

Der viel zu früh verstorbene, und großartige Gregory Hines war Sänger, Musiker, Schauspieler und Steptänzer!

Als solcher war er einer der ersten Bindeglieder zwischen den Tap-Weltstars der Swing und Jazz Ära der 20er/ 30er und 40/er Jahre, zu den nachfolgenden Step Generationen der Moderne.

Er hat Tänzer auf der ganzen Welt inspiriert und die künstlerische Entwicklung des American Tap

Dance bereichert und voran getrieben! In seiner Filmproduktion TAP, scheint die Storyline und

„modernere“ Musik aus heutiger Sicht vielleicht manchmal etwas altbacken, aber der Film bietet

auch einen wichtigen und tieferen Einblick in die Jazz Kultur, ihre (teilweise konflikthafte)

Geschichte und Ihr Erbe. Unterhaltsam, mit einem glänzend aufgelegten Sammy Davis Jr. und

vielen Stars der Tap und Varieté Welt, ist dieser Film nicht nur wertvoll und interessant für

Steptänzer, sondern auch für alle (beispielsweise Lindys) die sich mit Jazz und Tänzern aus der

afro-amerikanischen Tradition beschäftigen. Schauen wir den Film gemeinsam und quatschen

drüber?! Würde uns freuen! Und seht mal,

Ihr braucht zum Mitmachen keinerlei Vorerfahrung oder Stepschuhe. (5 € p.P.)

## Quite Quick,

### Don't Quit:

Hier gibt es Fußwerkzeug und Ideen, um bei flotterer Musik

nicht in angespannte Tanzverzweiflung auszubrechen, oder gar schulterzuckend,

den Tanzboden verlassen zu müssen. Ein Angebot für alle Swing Tanzende. (13 € p.P.)

Shim

Sham:

Muss man eigentlich selten noch vorstellen, die meisten haben zumindest schon von ihm gehört. Allseits beliebt und einer der bekanntesten Swing Line Dances der Jazzepoche, er wird fast auf jeder Swing Dance Party getanzt und es gibt unzählige Varianten!

Uta muss man eigentlich auch kaum mehr vorstellen (allseits beliebt, etc.,etc., Ihr wisst schon wer), aber es sei erwähnt: Ihr strukturierter Ansatz, entspannt, energetisch und fröhlich den Shim Sham zu vermitteln, ist Gold wert!

Wollt Ihr das Ding

auf der nächsten Party mit swing',

kommt vorbei!

Für Wiederholungsinteressierte und Shim Sham Neulinge. (26 € p.P.)

Balboa Start

For Lindys:

Wir geben es zu, Balboa lieben wir auch!

Der kommt übrigens aus dem gleichen Schuhschrank wie z.B. Lindy Hop und bereitet, wie viele swingende Tänze, den gleichen Spaß! Maximaler individueller Ausdruck, maximale Verbindung zum/ zur Tanzpartner:In, maximales Vergnügen!

Schwung, Eleganz, Wildheit, Erdung! Es gibt so viele Gemeinsamkeiten in den (Swing-) Tänzen, dass selbst Unterschiede, meist zumindest, als Variation aufgegriffen werden!

Was auch immer Ihr aus anderen Tänzen mitbringt, könnt Ihr mit in den Balboa tragen und auch umgekehrt wird ein Schuh d'raus!

Ein Angebot für alle Lindy hoppende, die es mal ausprobieren wollen. (13 € p.P.)

19 Quotes

13 Dances:

Eine Stunde Social Dance, nur unterbrochen von 19 Zitaten verschiedenster Künstler:Innen, Schauspieler:Innen, Tänzer:Innen, Schriftsteller:Innen, Musiker:Innen.

Jedes Zitat als Reflexion, Inspiration und Denkanstoß zum Tanz!

Lohnt sich! Für alle. (5 € p.P.)

Jam Circle

Nettiquette:

Der Jam Circle, ein Mysterium? Was ist er im Lindy Hop? Keine Figur, ok. Aber wieviel Leute sind ein Kreis, wer darf da rein, braucht man eine BahnCard 25, was passiert auf der Seitenlinie, gibt es eine Mindestgeschwindigkeit und welche Regeln und Sicherheitsbestimmungen gelten?

Wir wollen das mal erläutern und tanzen und probieren mit Euch. Denn der Jam Circle ist vor allem: nicht exklusiv und stattdessen ein großes wertschätzendes Vergnügen für Alle!

Ein Angebot für alle Tanzende. (13 € p.P.)

Connect

Feedback:

Dass wir im Paartanz nicht allein unterwegs sind, ist dem Begriff schon innewohnend.

Dennoch fühlen wir uns manchmal außen vor, als unerwünschte Randbeobachter:innen.

Was macht uns eigentlich wirksam? Genügt das? Ist das schön?

Schon verrückt, wozu der Kopf manchmal noch Zeit hat beim Tanzen.

Durch liebevoll gegebenes Feedback im sicheren Rahmen rücken wir die Selbstwahrnehmung gerade, bringen die innere Stimme zum Schweigen und stärken die Verbindung zu uns selbst. Den eigenen Tanz durch die Augen des mit uns tanzenden sehen.

Und aus verrückt wird entrückt verzückt! Hach, schön gesagt. Damit das mehr ist als Worte, kommt vorbei! Ein Angebot für alle Tanzende. (26 € p.P.)

## Yoga

### All In:

Yoga, der einzige indische Volkstanz mit Bodenmatte... Quatsch.

Aber zum Beispiel auch für Tänzer:Innen, eine der bedeutendsten Bewegungs- und Achtsamkeits-Lehren mit uralter Tradition.

Gibt sowohl dem Swing Tanz, als auch dem Alltag, einen tollen Schub (und die Grenze zwischen Tanz, Alltag ist eh fließend)!

Katharina ist übrigens zertifizierte Vinyasa Yoga Lehrerin mit abgeschlossener Zusatzausbildung für körperorientierte Bewusstseinsarbeit.

Sie unterrichtet fließendes Yoga, von kraftvoll bis entspannt, mit einer Prise Humor und dem Fokus aufs Wohlfühlen und Ankommen im Körper. Sie bindet die jeweiligen Bedürfnisse der Teilnehmenden nach Möglichkeit immer ein und vermittelt die Vielfalt von Yoga. So kommen sowohl absolute Beginnende ohne vorherige Yoga-Erfahrung, wie auch fortgeschrittene Yogis, in einen gewinnbringenden Genuss!

Für alle und damit natürlich auch für Kinder mit Yoga Interesse! (19,50 € p.P.)

## You Swing

### You Swing:

Ihr habt es wahrscheinlich schon beim Swing & Swing Teadance getan, jetzt aber gemeinsam die Gelegenheit! Mit einfachster musikalischer Begleitung, bilden wir in kürzester Zeit, einen Instant Chor. In dem lassen wir unsere Stimmbänder das tun, was sonst unsere Füße erledigen. Und die Wechselwirkung ist wissenschaftlich belegt... bestimmt!

(Aber zum Glück würde es auch ohne wissenschaftliche Belege Spaß machen!) Für alle. (5 € p.P.)

## Impro Jam-

### Express:

Es gibt ja den Fall, dass Menschen glauben, sie müssten ihre Tanzpersönlichkeit an der Tür einer Tanzschule abgeben, um jetzt aber mal richtig tanzen zu lernen. Das ist für unser Verständnis der Jazzkultur (express and connect) natürlich total abwegig! Trotz bester Absichten, scheint es aber nicht immer leicht, der eigenen Tanzpersönlichkeit auf die Schliche zu kommen und ihr Ausdruck zu verleihen... Wie es aber doch geht (und dreht und bounced und so weiter), zeigt Euch Musab, von MonSwing, wie immer auf unterhaltsame und kompetente Art und Weise!

Nicht entgehen lassen! Für alle Tanzende. (19,50 € p.P.)

## No Stress

### Just Jazz:

Ela, von OsnaHop (und wieder ist die Welt zu Gast), bringt Euch eine feine und sweete, musikalische Solo-Jazz-Tanz-Folge auf die Füße. Stressfrei, versiert, humorvoll!

Solo Jazz, ist ein wichtiger Bestandteil des Lindy Hops, der immer wieder auch im Paartanz auftaucht. Es lohnt sich also mit ihm vertraut zu sein. Zudem sind Solo tanzbare Menschen, im allgemeinen (und logischerweise) auch bessere Leader und Follower! Manche sagen, sogar bessere Menschen... während wir zweiteres noch nicht endgültig nachweisen konnten, können wir ersteres garantieren! Für alle Tanzende. (13,00 € p.P.)

## Why We

### Like Us:

Ela und Tobias tanzen, was sie (aneinander) schätzen.

Na gut, wahrscheinlich wird zwischendurch auch mal was verbal erklärt.

Wenn Ihr Lust habt, gleiche Qualitäten und Prinzipien in Eurem Tanz zu finden und zu nutzen, kommt vorbei, ist nämlich gar nicht so schwer zu erlernen! Für alle Tanzende. (13,00 € p.P.)

## Open

### Class:

egal ob Lindy Hop oder Balboa, o.ä.,

sind Open Classes auch für Beginner ohne jegliche tänzerische Vorkenntnisse!

Sie bieten also wirklich für alle,

auch allein!, oder zu zweit, zu dritt, zu noch mehreren gekommenen,

die Gelegenheit, frei miteinander zu trainieren!

Viele tun es schon und wir möchten gerne, dass Ihr Euch noch mehr miteinander austauscht.

Seht Ihr einen Schritt der Euch gefällt, der aber noch in anderer Leute Schuhe steckt? Geht hin und fragt nach, lasst Euch die Dinge erklären, teilt Moves und Steps, wiederholt und übt, während durchgehend Musik läuft. Natürlich dürft Ihr auch uns immer wieder und gerne, Löcher in den Bauch fragen! Für alle Tanzende. Share and care. You, be, do. (Eintritt frei)

## Big 5 Basic

### Rhythms:

Im Swing Tanz, sind wir meist mit 5 Grund-Rhythmen unterwegs.

Es macht Spaß sie zu kennen, und sie in Musik zu entdecken.

So können wir unser Tanzvokabular bewusster erweitern und einsetzen, und uns freier entfalten.

Für Wiederholungsinteressierte, wie für Neulinge. (13 € p.P.)

## Tap

### Into Lindy:

Tap ist ein sogenannter Rhythm Dance.

Genau genommen, sind natürlich alle Tänze Rhythm Dances.

Aber weil Tap, den Rhythmus hörbarer macht, nimmt er eine Sonderstellung ein.

Was aber wenn wir uns im Swing Tanz ebenso hörbar machen, oder selbst nur hörbar denken?

Unsere reguläre Footwork und unsere sogenannten Footwork Variations können so, eine höhere Qualität und Präzision bekommen. Das Tap Vokabular, ist dabei eine enorme Hilfe!

Außerdem macht es halt Spaß, die Beine auch mal lautstark zu schwingen,

wussten schon Fred und Ginger, und Simon wird Euch dabei behilflich sein,

das ebenso zu probieren! Ein Angebot für alle, ab Intermediate Level. (13 € p.P.)

## Body

### Percussion:

Der Körper (vorzugsweise der eigene) als Perkussionsinstrument.

Auch das, hat eine lange Tradition, in den verschiedensten Kulturen.

Eine Mischung aus Solojazz, Tap und Drumming. Das Beste aus drei Welten in einem Tanz.

Und nebst den besten Effekten für Eure (Swing-) Tanz Ohren und Qualitäten, ein Gaudium!

Unter souliger und kluger Anleitung von Valérie.

Ein Angebot für alle Tanzende. (13 € p.P.)

## Swinglax'

### N'Talk:

Der Sommer ist da (wo auch immer „da“ gerade ist). Und bevor wir uns für ein paar Wochen vielleicht nicht mehr sehen, fällt auf, manchmal kommen wir vor lauter Socialdance nicht zum quatschen (im Unterricht ist es manchmal auch umgekehrt).

Bevor also um 20 Uhr die Musik startet, noch während die Band fleißig aufbaut, wie wäre es, wir stellen unsere Schuhe in die Sonne, räkeln die Zehen daneben, und klönen miteinander, vielleicht über Glück und Leben und so, oder darüber wieviele Swingtanzende man braucht, um eine Glühbirne einzudrehen... Für alle Tanzende. You, be, do. (Eintritt frei)

LiveGarden

Rumble:

Der Rumble, die Gelegenheit für Dein Lieblingsmixtape und Deine Lieblingsmoves.

Zum teilen und kennenlernen!

Was auch immer des DJ's Herz höher schlagen lässt und seine Füße in Bewegung setzt;  
ist es für die DJ's "Lindy-Jazz-paartanztauglich", ist es erlaubt!

Ein Tanzboden für alle, von solo bis Gruppe, von swing style bis free style,

„don't be scared, just follow the music and listen for the rhythm!

Und dieses mal:

Auch mit Live Musik!!!

In Kooperation mit dem Be Lindy Verein, kommt zu uns, das

Blautonfüntett.

Danceable Jazz, smart, charming, groovy!

Genug der Worte, der Rest ist Musik!