

Fenster schließen



14.09.2010

UhldingenMühlhofen Dehnübungen für kleine Elevinnen

„Kreatives Kindertanzen“ in der Alten Weberei



„Und jetzt dehnen wir uns ganz weit nach vorne bis zu den Fußspitzen, immer weiter, ganz kurz festhalten – und wieder loslassen“, sagt Tanzlehrerin Jessica Grimm.

Bild: Sotern

Uhldingen-Mühlhofen (mbs) Vier kleine Mädchen begrüßt Jessica Grimm zum kreativen Kindertanz im Rahmen des Ferienprogramms in der Alten Weberei. Im August ist die Sport- und Gymnastiklehrerin mit ihrem Tanzstudio „Dance Control – Fitness & Dance“ umgezogen in die Daisendorfer Straße und sehr glücklich über die großzügigen, neuen Räumlichkeiten. „Hier ist es viel heller, größer und energiegeladener.“

„Was habt ihr euch denn vorgestellt was wir heute machen?“, fragt die angehende Diplom-Tanzpädagogin ihre vier- bis achtjährigen Gäste. „Ballett“, antwortet Antonia spontan. „Rumrennen“, sprudelt die Jüngste in der Runde heraus. Lara ist erst vier Jahre alt. So unrecht haben beide nicht.

Rumrennen gibt es als Erstes zum Aufwärmen. Riesigen Spaß macht es den vier Uhldinger Mädchen, mit ausgebreiteten Armen rings um die zwölf Säulen im Parkettsaal zu wirbeln, mit einem Seitenblick in die lange Spiegelfront und auf die Ballettstange an der Wand.

„Beim kreativen Kindertanz geht es um das spielerische Heranführen der Kinder an klassische Elemente sowie die Koordination von Händen und Beinen“, erzählt Jessica Grimm. Es steht ein Bewegungsspektrum von Hüpfen, Springen und sich Drehen im Vordergrund ebenso wie konzentrierte Fußarbeit im Sitzen und lustige Kreisspiele.

Tanz- & Bewegungstherapeut

1-jährige Ausbildung Gründen Sie Ihre eigene Praxis!

www.iek-braunschweig.de



Google-Anzeigen

„Durch den tänzerischen Ausdruck in der Bewegung haben die Kinder Freude daran, ihren Körper zu fühlen und sich ganz individuell auszudrücken“, erzählt Jessica Grimm und fügt hinzu: „Kinder sollen sich mehr bewegen und weniger vor dem Computer sitzen“.

Es ist schon witzig, die vier kleinen Elevinnen in dem riesigen zwanzig mal zehn Meter großen Saal zu beobachten. Mitten im Herumwirbeln stehen sie auf Kommando plötzlich mucksmäuschenstill als „Baum“, ohne zu wackeln und fest in der Balance. „Puh! Ich bin schon ganz k.o.“, lacht die kleine Lara, und auch die anderen prusten nach Luft. Es ist ein gutes Konditionstraining. Übung braucht eben eine zukünftige Tänzerin.

Informationen im Internet:

www.dance-control.info

Google-Anzeige

Tanztherapie-Ausbildung

Aus- und Fortbildung DanseVita Tanztherapie seit 1994

www.dansevita.de

<http://www.suedkurier.de/region/bodenseekreis-oberschwaben/uhldingen-muehlhofen/Dehnuebungen-fuer-kleine-Elevinnen;art372496,4478305>

Fenster schließen