



Sa, 2.1. & So., 3.1.2010

# Discofox-Workshops

für „Normalos“ mit Janina & Walter Schmidt

**für Singles & Paare zwischen Disco & Tanztee in Jeans oder Abendkleid**

*Änderungen vorbehalten.* Die Themen sind als Anhaltspunkte zu betrachten – wir passen die Inhalte an die Teilnehmer an. Achtung: Samstag 13.00 ist zum Eingewöhnen – je mehr Ihr kennt, um so schneller kommen wir voran!

Sa., 2.1.2010	So., 3.1.2010
Voraussetzung: - Dance&Fun! mindestens zwei Discofox-Kurse - Externe mindestens drei Monate Discofox - Kenntnisse der Vier-Schritt-Technik	Voraussetzung: - Dance&Fun! mindestens vier Monate Discofox - Externe mindestens neun Monate Discofox bzw. Teilnahme am Samstag - Beherrschung der Vier-Schritt-Technik
<b>13.00</b> Basics & Grundfiguren mit Tap, Haltung, Führungsübungen, Figuren mit Einhand-Haltung und Beidhand-Haltung – <b>NICHT für Anfänger geeignet!</b>	<b>10.30</b> Grundschriftvariationen, schnelle Drehungen (Turnaround, Blume)
<b>15.15</b> Vier-Schritt-Technik, Lead & Follow, Grundschriftfiguren: l/rHand D-Doppeldrehung mit Handwechsel auf rr-Hand, Hlinksdrehung, Plinksdrehung mit Handwechsel, Open Explosion links	<b>11.45</b> Hustle-Styling ..., diverse Rechts-/Links-Drehungen, Couple overturn left
<b>17.15</b> Essen gehen?	<b>13.00</b> Essen gehen?
<b>20.00</b> – ca. 23:00 (Sonntag wird anstrengend) Übungsstündchen für alle	<b>14.45</b> Figuren und Kombinationen bis ca. 16.00

im NNiiXX, Sack 12, 38100 Braunschweig (mitten in der Stadt)  
**Info: 0176-25133982** oder 0531-333815

Honorar pro Person bei Anmeldung & Bezahlung

bis zum 25.12.2009 ein Tag 29,- €/Club 22,- €

danach ein Tag 32,- €/Club 25,- €

Sa.&So. 39,-/Club 33,- €

Sa.&So. 44,-/Club 38,- €

Konto W. Schmidt Nr. 101937987

Sparda-Bank Hannover eG BLZ 250 905 00

IBAN DE33250905000101937987 BIC GENODEF1S09

[www.discofox.de](http://www.discofox.de)