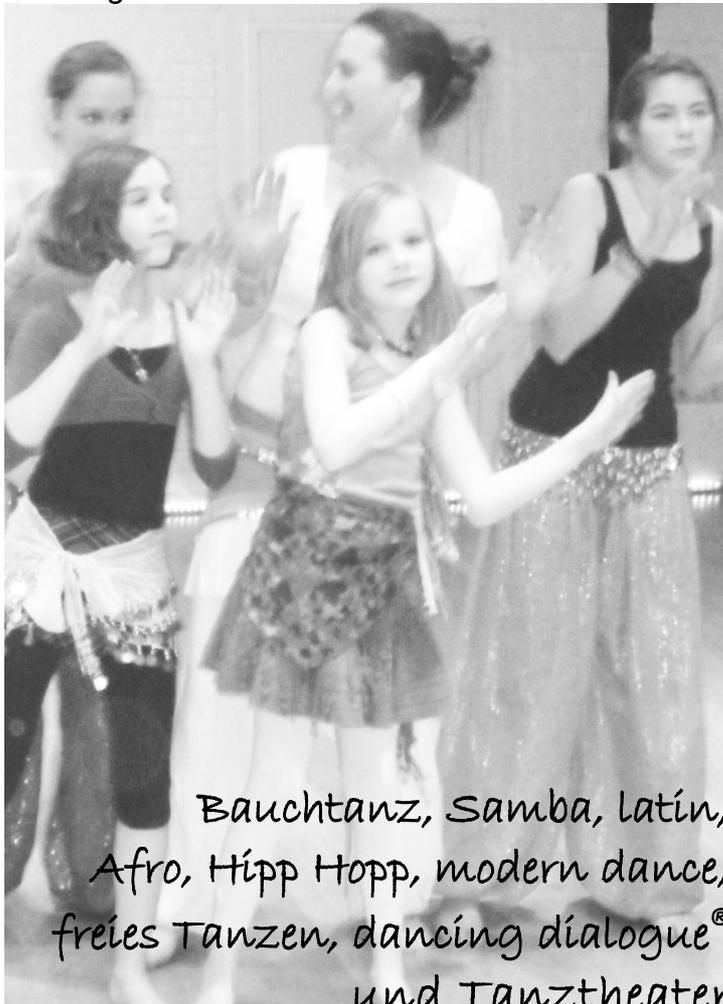


Heilende Kräfte im Tanz® Für alle Mädchen von ca 6-16 Jahren

Jeden Mittwoch **16.30 - 18.00 Uhr**
Tagungszentrum Tanzheimat Inzmühlen
Leitung: Stefka Weiland



Bauchtanz, Samba, Latin,
Afro, Hipp Hopp, modern dance,
freies Tanzen, dancing dialogue®
und Tanztheater

Kosten & Termine : 15 EUR pro Kind
In den Ferien findet kein Unterricht statt.

Es gibt bereits Fahrgemeinschaften von Buxtehude und Hollenstedt nach Inzmühlen!

Akademie Stefka Weiland
Musik, Tanz + Gesang HKiT®
Mediation & Coaching mit GFK

Im Seevegrund 6 / 21256 Handeloh/ Inzmühlen

04188 - 89 10 70 Fax - 89 10 90
www.stefka-weiland.de
www.tanzheimat.de
stefka.weiland@tanzheimat.de

HKiT® für Mädchen

Der ultimative Mix für Beweglichkeit und gute Laune!

Die Wiederbelebung nach dem Schulalltag!

Hier haben Mädchen das Angebot, sich mit schwingenden Hüften in eine Bauchtänzerin aus 1000 und einer Nacht zu verwandeln, mit heißen Samba oder Salsa-Rhythmen zu tanzen, sich zu coolen Rap-Songs zu bewegen oder auf einem modernen dancefloor ab zu tanzen...! Dabei erproben wir auch die Vielfalt unserer eigenen Stimme. Selbst ausgewählte oder verfasste Texte werden in Melodie und Rap vertont, Rhythmus und Taktgefühl werden vermittelt und Klangwesen aus aller Welt werden gespielt!

Die Mädchen werden in der **HKiT® Gruppe** unter pädagogischer Anleitung in der behutsamen Methode HKiT® mit Tanzbeispielen aus verschiedenen Kulturen in ihrem Bewegungspotential herausgefordert, selbständig ihre Ideen und Ausdrucksmöglichkeiten in den eigenen Tanz oder in die Tanzchoreographien mit einzubringen. Dabei wird auf die unterschiedlichen Körperkonditionen der Mädchen geachtet und sie werden individuell und wertfrei zu ihrem Tanzpotential ermutigt, so dass eine freie und lockere Atmosphäre entsteht, die es den Mädchen erlaubt, sich im Tanz zu zeigen.

Tanzen hilft in den alltäglichen Bewegungen durchlässig zu bleiben und einen guten Stand zu haben. Die Beckenbewegungen fördert die Beweglichkeit der Wirbelsäule und beugt somit eventuellen frühen Haltungsschäden vor. Dabei lernen die Mädchen sich aus ihrer Körpermitte zu spüren und bewusster mit ihrem Körper umzugehen, sowie ein gesundes Körpergefühl aufzubauen, mit der Idee: „richtig sein, so wie ich bin!“

Wie alle Kinder und Erwachsene, brauchen auch Mädchen ihre Ideale, um sich zu orientieren. Deshalb sind auch immer die aktuellen Lieblingssongs gefragt, mit denen sie sich auf die Bühne wagen, um sich wild oder anmutig aus zu probieren!

Außerdem wird in dem Tanzangebot auch der freie Bewegungsimpuls gefördert. Somit lernen die Mädchen der eigenen Intuition zu vertrauen, selbstbewusst zu sein und sich für ihre Interessen einzusetzen.

Die selbst erarbeiteten Choreographien der Mädchen werden über das Jahr verteilt zu verschiedenen Anlässen vor einem Publikum performt.

In der **HKiT® Gruppe** wirkt die Gemeinschaft auf den eigenen Bewegungsprozess unterstützend. In den Gesprächsrunden lernen wir wertschätzend aufeinander zu hören und jedes Gruppenmitglied in ihrer Einzigartigkeit zu sehen.

