

Fasten. Gesundheit. Auszeit.

## Fasten & LineDance First Steps (Beginners) mit Susi Harms

### Allgemeines:

---

LineDance ist eine eigenständige Tanzart, die zu den American Line & Western Dances gehört. Meist wird zu Country und New Country Music getanzt, aber auch zu Irish Folk Music, Oldies oder zu modernen Liedern aus fast jeder Musikrichtung. Es wird ohne Tanzpartner:in in Linien neben- und hintereinander getanzt. Für jeden Tanz gibt es eine festgelegte Schrittfolge, meistens mit Richtungswechseln (Walls) und regelmässigen Wiederholungen.

### Die Ziele des Kurses sind:

---

Wir lernen die LineDance Schritte und deren englische Ausdrücke kennen, wir üben diese in von Susi selbst zusammengestellten Tänzen, um dann als nächstes viele einfache ältere und auch ganz neue Tänze zu lernen, die auf der ganzen Welt überall gleich getanzt werden. In der Beginnerphase bleiben wir bei nicht mehr als 32 Counts und werden viel Spass in unseren Lines haben :-).

### Programm & Details:

---

<b>Begrüssung:</b>	Samstag, 18.00 Uhr
<b>Zeiten:</b>	Sonntag bis Donnerstag, jeweils 18:00 – 19:30 Uhr
<b>Abreise:</b>	Samstag, ca. 09.00 Uhr
<b>Mitbringen:</b>	Freude am Tanzen, an Bewegung und Countrymusik (keine Vorkenntnisse nötig) sowie bequeme Kleidung und passendes Schuhwerk (nicht zu rutschig, aber auch nicht zu fest haltend auf dem Boden, leichtes Drehen sollte gut möglich sein).

### Preise pro Person / Datum:

---

CHF 140.00  
Kurswoche, zuzüglich FastenBasis-Woche je nach Studio

- 03.08. – 10.08.2024

Kursdurchführung ab 4 Personen. Maximale Teilnehmer\*innenzahl: 12 Personen\*  
Die Anmeldungen werden nach ihrem Eingang berücksichtigt.

\* Ab 9 Personen werden zwei Gruppen geführt (17:00 – 18:30 Uhr und 18.45 – 20.15 Uhr)

Die FastenBasis-Woche findet statt.