

## Auf einen Blick



## Trainingszeiten

### mittwochs

18:30 – 19:30 h	Beat´n´Girلز	(ab 7)
19:45 – 20:45 h	Just DanZ!n´	(ab 15)

### freitags

16:30 – 17:30 h	Lil´Danzers (Neueinsteiger)	(ab 6)
17:30 – 18:30 h	Danz!n´ Kidz (mit Vorkenntnissen)	(ab 7)
18:30 – 19:30 h	Mission Danze (mit Vorkenntnissen)	(ab 11)
19:30 – 20:30 h	Movin´Girلز (Neueinsteiger)	(ab 11)

### samstags

11:30 – 13:00 h	X-Qu!st	(ab 16)
-----------------	---------	---------

### Beitrag:

Um die Angebote des TV Bexbach nutzen zu können, muss man Mitglied des TV Bexbach sein. Mitglieder zahlen einen **Mitgliedsbeitrag**. Er beträgt für

Minderjährige	Erwachsene	
<b>5,00 €</b>	<b>6,00 €</b>	im Monat
<b>60,00 €</b>	<b>72,00 €</b>	im Jahr

und wird in aller Regel monatlich und unabhängig der Anzahl genutzter Angebote erhoben.

Um das Angebot Hip-Hop nutzen zu können, wird ein **Sonderbeitrag von 5,00 €** fällig. Er gilt für eine Trainingsstunde (60 Minuten) wöchentlich. Er wird **monatlich** zusammen mit dem Mitgliedsbeitrag erhoben.

Schaut einfach bei Trainingsbeginn vorbei und spricht uns an oder schreibt eine E-Mail an:

[hiphop@tv-bexbach.de](mailto:hiphop@tv-bexbach.de)



mit

**Laura Weber  
&  
Mona Anschutz**

Weitere Infos:

<http://www.tv-bexbach.de>

Stand: Oktober 2015

## **Tanzen können wie „die im Fernsehen“?**

... das lernt ihr beim Hip-Hop-Kurs des TV Bexbach !

Das Training beginnt mit einem Warm-Up, zu dem neben verschiedenen Tanzschritten sowohl Stretching als auch Krafttraining für Bauch & Arme gehören. Danach werden Choreographien aus den Bereichen Hip-Hop und Street Dance erarbeitet mit dem Ziel: einfach abtanzen! Je nach Länge und Schwierigkeitsgrad wird über einen längeren Zeitraum hinweg an einer Choreographie gearbeitet.

**Neueinsteiger sind jederzeit herzlich willkommen und können gerne zweimal kostenlos am Training teilnehmen.**

Das Angebot richtet sich an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit und ohne Vorkenntnisse. Mitmachen kann jeder, der Spaß am Tanzen hat.

**Mitzubringen sind** gute Laune sowie bequeme, sportliche Kleidung (Turnschuhe mit hellen Sohlen) und natürlich etwas zu trinken.

Die Gruppen haben hin und wieder auch Auftritte auf verschiedenen Veranstaltungen und Festen (z.B. beim Bexbacher Cityfest).

Auch für Schulfeste, Familienfeiern oder ähnlichen Veranstaltungen können unsere Gruppen für einen Auftritt engagiert werden; wir werden garantiert dazu beitragen, dass die Feier ein Hit wird und lange in Erinnerung bleibt.

## **Unsere Trainerinnen**



**Laura Weber**  
0151-22864506

### **Laura**

hatte mehrere Jahre Ballettunterricht. Sie tanzte mehrere Jahre in verschiedenen Hip-Hop Gruppen (unter anderem bei Charles Bankston) bevor sie 2003 zur Hip-Hop-Gruppe von Lydia Faber kam. 2005 übernahm sie das Training der Hip-Hop-Gruppen.

Laura hat ihre Grundlagenausbildung zur Übungsleiterin an der Hermann-Neuberger-Sportschule in Saarbrücken absolviert.

Sie vervollständigt ihre Tanzausbildung regelmäßig bei Workshops mit internationalen Referenten beim Saarländischen Turnerbund und an der Tanz S.A.L. in Saarlouis, wo sie 2008/09 auch in der Turnierformation NU Flow tanzten und deutsche Vizemeister wurde.

## **Unsere Trainerinnen**



**Mona Anschutz**  
0163-6868118

### **Mona**

begann mit 6 Jahren beim TV Bexbach mit Turnen. Drei Jahre später meldete sie sich in der Hip-Hop Gruppe von Lydia Faber an, in der sie tanzte, bis sie 12 Jahre alt war. Danach nahm Mona in der Schule an mehreren Projekten und AGs teil, in denen sie auch tanzte.

Seit Anfang 2008 tanzt Mona wieder Hip-Hop beim TV Bexbach. Mona absolvierte ihre Grundlagenausbildung zur Trainerin im September 2009 und bildet sich seitdem auf verschiedenen Workshops mit internationalen Dozenten weiter.