

## Modern Jazz Dance

Unser Angebot richtet sich an die Altersklasse zwischen 12 und 18 Jahren.

### Zur Geschichte

Modern Jazz Dance ist eine Tanzsportart, die sich in den letzten Jahrzehnten entwickelt hat und sowohl Kunst als auch Sport auf der Tanzfläche vereinigt. Entwickelt hat sich dieser Tanzstil aus dem Jazz Dance, Ballett und Modern Dance.

Der Jazz Dance hat seine Wurzeln in der afroamerikanischen Volks- und Tanzkultur. Ende der vierziger Jahre haben auch weiße Bühnentänzer den Jazz Dance für sich entdeckt und Modern Dance und Ballett hinzugefügt. So ist eine Synthese aus afro-amerikanischem Jazz Dance, europäischem Ballett und euroamerikanischen Modern Dance entstanden.



Foto: © TV Bexbach

## Modern Jazz Dance – das ist Sport und Kunst!

Die genauen Trainingszeiten können Sie dem Aushang an der Turnhalle oder unserem Internet-Angebot unter [www.tv-bexbach.de](http://www.tv-bexbach.de) entnehmen. **Unser Angebot läuft durchgehend. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.**

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 Modern Jazz Dance nutzen zu können, wird ein **Sonderbeitrag von 20,00 €** fällig. Er wird monatlich zusammen mit dem Mitgliedsbeitrag erhoben.



Foto: © TV Bexbach



**mit Sarah Müller**

Diplom-Tanzpädagogin & Diplom-Bühnentänzerin



Foto: © Sarah Müller

Anfragen und Anmeldungen bei:

**Sarah Müller**

Email: [mjd@tv-bexbach.de](mailto:mjd@tv-bexbach.de)  
Siehe auch: <http://www.tv-bexbach.de>

Stand: Juli 2015

## Der Unterricht

beginnt mit einem Warm-Up, welches sowohl zur Erwärmung des Körpers, als auch zur Kräftigung der Muskeln dient. Hierbei geht es jedoch nicht darum, die bereits vorhandenen Muskeln zu stärken, sondern auch die tiefsten Muskeln werden stimuliert. Besonders die Arbeit am Boden, die stark durch Modern Dance geprägt wird, bietet ein effektives Training.

Aber auch die Jazz-Anteile des Unterrichts sorgen immer wieder für Spaß und finden großen Zuspruch. Hierbei wird sofort die Verwandtschaft zum Musical-Dance deutlich.



Foto: © TV Bexbach

Nach einem ausgiebigen Stretch der Muskeln und ein Paar Schlucken Wasser geht es mit Combinations und Sprüngen weiter. Es werden immer wieder neue anspruchsvolle Schritte einstudiert und kombiniert. Schnelle, langsame, fließende, abgehackte oder sogar improvisierte Schritte werden in Bezug zu verschiedenen Techniken (Limon, Graham, Fosse, etc.) gestellt. Der Unterricht endet

dann mit dem Erlernen einer Choreographie, die über mehrere Wochen einstudiert wird.

Modern Jazz Dance bietet sich für jedermann an. Die einzige Voraussetzung ist die Lust an der Bewegung.



Foto: © TV Bexbach

Während der Trainingsstunde tragen die Teilnehmer bequeme Sportkleidung und Socken, bzw. Turnschlappchen.



Foto: © iStock.com/AYakovlev



Foto: © iStock.com/Nikkru



Foto: © Alexander Yakovlev - Fotolia.com