



Tänze aus aller Welt

Intensiv Fortbildungswochenende

mit Benedikt Lux

21. - 23. November 2025 in Sonnerden

Inhalte:

- Neue komplexe Intensiv-Tänze aus aller Welt sowie Best of-Choreographien von Benedikt
- Leichte Tänze für die Vermittlung innerhalb von Tanzgruppen, auf Geburtstags- und Hochzeitsfeiern, zu Jahresfesten, in der Schule
- Lieder aus aller Welt
- Rhythmus, Bodypercussion
- Tricks und Kniffe beim Beibringen von Tänzen, Anleitungsübungen
- Neue Gruppenübungen und Spielformen
- Live-Musik
- Wunschtanzen / Tanzrepertoire
- Feuer, Glühpunsch, Plaudern

Kurszeiten: Freitag 19:00-21:00 Uhr / Samstag 9:30 – 13:00 Uhr , 15:30 – 18:00 Uhr, 19:30 - 21:30 Uhr, ab 21:30 Uhr Wunschtanzen / Sonntag 9:30 – 12:30 Uhr.

Ort: Sonnerden, Bodenhof 115, 36129 Gersfeld

Mitbringen: Schuhe zum Bewegen (z.B. Tanz-Sneakers, Eurythmieschuhe, Turnschuhe), bequeme Kleidung, Yogamatte, Schreibzeug. Falls vorhanden und spielbar auch gern ein Instrument für die Live-Musik!

Verpflegung: Selbstverpflegung. Gerne etwas zu essen fürs gemeinsame Pausen-Buffet mitbringen! Zutaten für die warme Mahlzeit am Samstag und Sonntag, sowie Brot und Aufstriche für Frühstück und Abendessen sind vorhanden. Essens-Kosten fürs Wochenende (Küchennutzung, warme Mahlzeiten): 25 Euro

Übernachtung pro Person: Einzelzimmer (60 € pro Wochenende), Doppel- oder Dreierzimmer (50 € pro Wochenende), Matratzenlager (30 € pro Wochenende), Camper (25 € pro WE). Bettwäsche (Überzug, Laken) mitbringen oder vor Ort für 10 Euro leihen. Für die Buchung des Matratzenlagers Schlafsack mitbringen, Matratzen sind vorhanden.

Kosten: Kurskosten (150 Euro, 130 Euro ermäßigt), Essenskosten und Übernachtungskosten gerne in bar vor Ort bezahlen. Kurskosten inklusive Kursmaterialien (Noten, Tänze).

Rahmen-Zeiten: Ankunft in Sonnerden möglich am Freitag ab 16 Uhr. 18 Uhr Abendessen, ab 19 Uhr gemeinsames tänzerisches Einschwingen. Ende am Sonntag nach dem Mittagessen und Schlussputz um 15 Uhr.

Anreise: Wer am Freitag um 16:02 oder um 17:02 vom Bahnhof in Gersfeld abgeholt werden möchte schreibt gerne eine E-Mail oder SMS an Benedikt.

Der Zug HLB RB52 fährt stündlich von Fulda nach Gersfeld und braucht 40 Minuten. Abfahrt Fulda: 15:20, 16:20,...Ankunft Gersfeld 16:02, 17:02,...

Wer noch Mitfahrplätze mit dem Auto anbietet oder welche sucht kann sich gern bei Benedikt melden!

Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr!

Kontakt und Anmeldung:

Benedikt Lux

E-Mail: benelux@online.de

