



LET'S MOVE

IM RAHMEN DER ELBINSEL KUNST- UND ATELIERTAGE 2025

TANZPRÄSENTATIONEN VERSCHIEDENER TANZKLASSEN DES SDC AM SAMSTAG, DEN 20.09.2025

Wir tanzen für euch! Tanzklassen des SDC präsentieren kleine Choreographien. Die Tür steht offen, kommt vorbei, kommt rein und lasst euch für Tanz begeistern. Uhrzeit: ca. 14:00 – 15:30

TANZWORKSHOPS IM SDC FÜR ALLE AM SONNTAG, DEN 21.09.2025

Alle Wilhelmsburger sind herzlich eingeladen, das Tanzen einmal auszuprobieren. In drei unterschiedlichen Workshops könnt ihr mit unseren Dozentinnen in die Welt des Tanzes eintauchen. Die Teilnahme erfolgt auf Spendenbasis.

TANZ MIT CHAKREN / ab 18 Jahre / 10:30 bis 12:00

In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit den sieben Hauptchakren. Sie symbolisieren verschiedene Energiezentren des Körpers und sind wie farbige Punkte entlang der Wirbelsäule platziert, durch die unsere Lebensenergie fließt. So liegt es natürlich nahe, gerade durch Bewegung ihre verschiedenen Qualitäten und Energien zu erfahren. Wie kommen wir durch tänzerische Bewegungen in einen guten „Flow“? Wie können wir Energieblockaden lösen? Lass dich inspirieren und gehe am Ende mit neuer und fließender Lebensenergie nach Hause! **Dozentin: Charlotte Lefebvre**

ELTERN-KIND TANZEN / 1 Elternteil + 1 Kind 4-8 Jahre / 12:00 – 12:45

Warum nicht mal zusammen tanzen – Kinder freuen sich besonders, wenn sie gemeinsam mit ihren erwachsenen Bezugspersonen kreativ sein können. Wir laden euch herzlich zu dieser besonderen Bewegungserfahrung ein, eine spaßige Tanzstunde, gleichberechtigt und auf „Augenhöhe“.

Dozentin: Charlotte Lefebvre

COMMUNITY DANCE – inklusives Tanzen / 9 - 99 Jahre / 14:30 bis 16:30

Ein Workshop für alle, die sich bewegen, einander begegnen und gemeinsam tanzen wollen. Ein Angebot sind für Menschen mit und ohne Tanzerfahrung, aus allen Generationen, mit diversen körperlichen Fähigkeiten und aus unterschiedlichen Herkunft. Community Dance macht einfach Spaß und tut dem Körper und der Seele gut. **Dozentin: Carine Moch / Kooperation mit sense the steps e.V. / Keine Voranmeldung nötig!**

Für das Eltern-Kind Tanzen, sowie den Tanz mit Chakren Workshop bitten wir um vorherige Anmeldung unter: info@scheinwerfer-dancecenter.de oder 0173 64 28 816

SCHEINWERFER

DanceCenter



13. ELBINSEL

KUNST- UND
ATELIERTAGE
2025