

Ein kurzer Einblick in die Angebote

- > **Ballett**
Balletttechniken, Schritte, Positionen und Spaß an der Bewegung werden im Ballett vermittelt. Die Kinder erhalten dabei eine, entsprechend ihrer Altersstufe/Könerstufe, optimale Förderung. Für Jugendliche und Erwachsene gibt es zudem Angebote, die teilweise Schwerpunkte wie Boden, Stand, Spitze, ... haben.
- > **Commercial Dance**
Commercial Dance steht für Power, Attitude und Bühnenfeeling. Dieser moderne Tanzstil verbindet Hip-Hop, Street Jazz und angesagte Moves aus der Popkultur zu mitreißenden Choreografien – wie man sie aus Musikvideos, Konzerten oder Werbespots kennt.
- > **Dance Moves**
Tanzerfahrene und auch tanzunerfahrene Erwachsene finden in Dance Moves eine Kombination aus Jazz Dance, HipHop, Latin und Modern Dance.
- > **Dance Technique**
Dance Technique legt das Fundament für saubere Technik, starke Bewegungen und tänzerischen Ausdruck. Elemente aus Ballett, Jazz und Contemporary verbinden sich zu einem ganzheitlichen Training, das Bewegungen präzise, dynamisch und elegant macht.
- > **Eltern-Kind-Tanzen**
Ein Tanzangebot für die Kleinsten (2-4 Jahre)! Spielerisch werden Rhythmus und Bewegung entdeckt. Die gemeinsamen Stunden stärken die Bindung zwischen Eltern und Kindern und fördern die motorischen Fähigkeiten.
- > **Hip Hop**
Beim Hip Hop (für Kinder im Alter von 4 – 7 Jahren und ab 8 Jahren) dreht sich alles ums tanzen, neue Moves lernen und coole Musik.

- > **Kindertanzen**
Beim Kindertanzen erlernen Kinder ab drei Jahren spielerisch Bewegungsformen zu verschiedenen Rhythmen und Musikrichtungen.
- > **Zumba Kids®**
Zumba Kids® ist ein spezielles Bewegungskonzept für Kinder auf der Grundlage der Zumba Tanz- und Fitnessphilosophie. Die Tanzschritte sind leicht zu erlernen, die Choreografien kinderfreundlich und die Musik abwechslungsreich und fröhlich.
- > **Zumba® | Tanzfit | Latin-Dance**
Zumba®, Tanzfit und Latin-Dance sind fitnessorientierte Tanzangebote für (junge) Erwachsene.



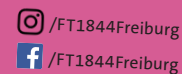
Let's dance

Tanz-Spaß
für jedes Alter

Ab Februar 2026

Kontakt

Freiburger Turnerschaft von 1844 e.V.
Schwarzwaldstraße 181
79117 Freiburg
Telefon (0761) 38 99 18 44
info@ft1844-freiburg.de
www.ft1844.de



| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | SAMSTAG |
|---|---|--|--|--|---|
| | 9.00 – 9.45 Zumba® Elizabeth Fitnesshalle | 15.00 – 15.45 Commercial Dance 5 – 7 J. Toni Ballettsaal | | 10.00 – 10.45 Tanzfit Vanessa Fitnesshalle | |
| 15.00 – 15.45 Ballett 4 – 6 J. Vanessa Ballettsaal | | 16.00 – 17.00 Commercial Dance ab 8 J. Toni Ballettsaal | 14.40 – 15.15 Eltern-Kind-Tanzen 2–4 J. Mathilde Relax | 15.00 – 15.45 Kindertanzen 3 – 5 J. Juan Carlos Rieselfeld SpoKi Spiegelsaal | |
| 16.00 – 16.45 Ballett 4 – 6 J. Vanessa Ballettsaal | 15.00 – 15.45 Kindertanzen 4 – 6 J. Mathilde Rieselfeld SpoKi Spiegelsaal | 15.15 – 16.00 Kindertanzen 3 – 4 J. Mathilde Relax | 15.00 – 15.45 Zumba Kids® 4 – 6 J. Sermira Ballettsaal | 14.30 – 15.15 Kindertanzen 3 – 4 J. Mathilde Rieselfeld SpoKi Spiegelsaal | |
| 17.00 – 18.00 Tanzfit Vanessa Ballettsaal | 16.00 – 16.45 Kindertanzen 6 – 8 J. Mathilde Rieselfeld SpoKi Spiegelsaal | 16.15 – 17.00 Kindertanzen 4 – 5 J. Tanja Relax | 15.45 – 16.30 Zumba Kids® 6 – 12 J. Juan Carlos Rieselfeld SpoKi Spiegelsaal | 15.15 – 16.15 Kindertanzen 5 – 7 J. Mathilde Rieselfeld SpoKi Spiegelsaal | |
| 18.00 – 19.00 Commercial Dance Erwachsene (ab 16 J.) Kristin Ballettsaal | 16.00 – 16.45 Hip Hop 4 – 7 J. Meret Ballettsaal | 17.00 – 17.45 Kindertanzen 5 – 7 J. Tanja Relax | 16.00 – 16.45 Zumba Kids® 7 – 13 J. Sermira Ballettsaal | 15.15 – 16.00 Kindertanzen 3 – 4 J. Isabell Ballettsaal | 17.00 – 17.45 Zumba® Elizabeth Fitnesshalle |
| 19.00 – 20.00 Dance Move Anfänger:innen Erwachsene (ab 16 J.) Cordula Ballettsaal | 16.45 – 17.45 Hip Hop ab 8 Jahre Meret Ballettsaal | 17.00 – 18.00 Ballett Fortg. 8 – 10 J. Meike Ballettsaal | 18.00 – 20.00 Ballett Fortg. Spitze 11 – 15 J. Meike Ballettsaal | 15.30 – 16.15 Kindertanzen 3 – 5 J. Meret Relax | |
| 20.00 – 21.30 Dance Move Fortg. Erwachsene (ab 16 J.) Cordula Ballettsaal | 18.00 – 19.30 Dance Move Mittel Erwachsene Cordula Ballettsaal | 18.00 – 18.45 Zumba® Sermira Relax | | 16.00 – 16.45 Kindertanzen 4 – 6 J. Vanessa Ballettsaal | |
| | 18.30 – 19.15 Latin Dance Eva Rieselfeld SpoKi Spiegelsaal | 19.45 – 20.45 Dance Technique Toni Relax | | | |

Bitte beachten Sie, dass eine Teilnahme an den Angeboten nur mit Anmeldung über die FT-App möglich ist. Schnuppern ist ausdrücklich erwünscht und erlaubt. Kinder dürfen bis zu 3x schnuppern. Melden Sie sich einfach bei uns vorab und kommen Sie dann vorbei. Für alle Tanzangebote - ausgenommen Kindertanzen - ist ein Zusatzbeitrag erforderlich.