



<https://biz.li/301t>

BALLET-ABTEILUNG DER TSG SUCHT NACHWUCHS

Veröffentlicht am 06.11.2018 um 17:26 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Das klassische Ballett hat sich als Körpertraining zur Formung von Muskelapparat und Figur sowie zur Förderung von Beweglichkeit und Disziplin bestens bewährt. Bei der Turnerschaft Großburgwedel e.V. (TSG) wird Ballett für Kinder, Jugendliche und Erwachsene angeboten und findet jeweils dienstags in der Sporthalle der Seniorenbegegnungsstätte statt. In der Anfängergruppe lernen schon die Kleinsten ab 4 Jahren in der Zeit von 14:40 bis 15:25 Uhr, sich elegant zur Musik zu bewegen, ihren Körper zu beherrschen und die Muskulatur harmonisch zu entwickeln. Schon mit den Kleinsten werden kurze tänzerische Folgen eingeübt. In der Fortgeschrittenen-Gruppe in der Zeit von 15:25 bis 16:10 Uhr werden die erworbenen Fertigkeiten vertieft und verbessert und es werden auch einige choreographische Kompositionen einstudiert. Jugendliche und Erwachsene



können in der Zeit von 16:10 bis 16:55 Uhr auch ohne Vorerfahrungen ein Ballett-Workout absolvieren. Es handelt sich um eine Kombination aus Tanzelementen, moderner Fitness, Pilateselementen sowie klassischen Ballettübungen an der Stange und auf der Matte. "Das Training verbessert die Haltung, stärkt den Rücken und strafft das Bindegewebe", so die TSG. Alle Angebote werden zu moderner und klassischer Musik unter der Leitung von Galina Breidel, die als ehemalige Tänzerin am Russischen Staatsballett und Ballett-Pädagogin große Erfahrung hat, durchgeführt.