



**STUDIOS**  
in Tägerwilen  
und  
Ermatingen

# TANZ

**TANZ**  
BEFLUGELT  
**BEWEGUNG**  
BEGLÜCKT

**HERZLICH WILLKOMMEN ZU**  
**OPEN FLOOR**  
**OPEN CLASS**  
vom 10. bis 31. August

**Impuls**  
**TANZ**  
**BEWEGUNG**

Du bist herzlich willkommen in den Studios in Tägerwilen und Ermatingen. Überrasche Dich selbst, was in Dir steckt. Während der Aktion «open class» kannst Du das breite Angebot bis Ende August austesten,

**KOSTENLOS, UNVERBINDLICH UND OHNE ANMELDUNG!**

Du kannst ungeniert verschiedene Kurse ausprobieren oder bei der gleichen Gruppe mehrmals teilnehmen. Das gleiche gilt natürlich auch für Deinen Nachwuchs im Kinder- und Jugendtanz. Bring dazu einfach diesen Flyer mit.

**GIB DIR JETZT EINEN IMPULS!**  
Entdecke die offene, motivierende und familiäre Atmosphäre in unseren Kursen



# TANZ ANDERS TANZ ATEMLOS TANZ FREUDVOLL TANZ VERRÜCKT TANZ SCHNELL TANZ BEGEISTERT TANZ BEFREIT TANZ VERWANDELT TANZ LUSTIG TANZ VERSPIELT TANZ IMPULSIV GANZ DU



## Impuls TANZ I BEWEGUNG

Gegründet von Carmen von der Crone mit dem Ziel, die Tanzwelt in ihrer faszinierenden Vielfalt den verschiedensten Altersgruppen zugänglich zu machen. Das breite Angebot findet in kleinen Gruppen in Ermatingen und in Tägerwilen statt. Für Carmen und ihr Team ist Tanz das stärkste Ausdrucksmittel der menschlichen Seele. Tanz ist Hingabe, ist Poesie, ist Leidenschaft, ist Suchen und Finden. Ganz gleich ob als Sportart, Kunst oder Brauchtum verstanden, befriedigt diese Bewegungsform wie keine andere. Sie schenkt den Teilnehmenden jeglicher Körperkonstitution Glücksgefühle und damit einhergehend eine kräftigere Muskulatur, eine gesündere Haltung und ein verbessertes Körperbewusstsein.

In Tägerwilen und in Ermatingen sind von der Einsteigerin bis zum erfahrenen Tänzer, von Kindern über Jugendliche bis zu Senioren alle Altersgruppen gleichermaßen vertreten. Beide Standorte zeichnen sich durch grosszügige Infrastruktur und Tanzflächen mit Spezialboden von rund 100m<sup>2</sup> aus. Dank den nachweislich positiven Auswirkungen auf Körper und Psyche bietet Impuls TANZ I BEWEGUNG auch Bewegungskurse wie Pilates, Entspannungs- und Rückentraining sowie weitere körperstärkende Trainings an. Eltern können in Ermatingen Kurse besuchen, während ihre Kleinen liebevoll betreut werden. Diese Kurse sind mit «**Betreuung für Kinder**» auf dem untenstehenden Stundenplan ausgezeichnet.

**Tanzen beflügelt, Bewegung beglückt. Du wirst es spüren. Mach jetzt Deine ersten Schritte – das Impuls-Team freut sich auf Dich!**

Zertifizierter Anbieter  
**qualitop**

### HIGHLIGHTS

- Viele Anfängerkurse – trau Dich!
- Modernes, grosszügiges Ambiente
- Kurseinstieg jederzeit möglich
- Kostenlose Probelektionen
- Beide Standorte Nähe Bahnhof
- Kinderbetreuung
- Parkmöglichkeiten vorhanden
- Moderate Preise
- Qualifizierte Coaches

- Contemporary Dance
- Modern Dance
- Jazz Dance
- Jazz Gymnastik
- Klassisches Ballett
- Ballett Workout
- Tanztraining
- Improvisation
- Flamenco
- Sevillanas
- Kindertanz
- Funky Jazz
- Modern Moves
- Tanzakrobatik
- Hip Hop
- Newstyle
- Breakdance
- Lindy Hop
- West Coast Swing
- Tango
- Workshops
- Dance Mix
- Dance Fit
- Bodytoning
- Bodywork
- Zumba® Gold
- Bauch, Beine, Po
- Step & Tone
- Fitness Stretching
- Rückentraining
- Entspannungstraining
- Pilates
- Personaltraining

## STUNDENPLAN ERMATINGEN

ab August 2015

MONTAG		Zeit	LehrerIn
NB	E Rückentraining nach Vereinbarung	09:00 - 10:00	Carmen
NB	E Tanztraining	10:00 - 11:00	Carmen
K	Kindertanz ab 5 J (Warteliste)	16:00 - 17:00	Carmen
E	Fitness / Stretching für Sie und Ihn	18:00 - 19:00	Anne
K/E	Jazz Dance M	19:00 - 20:15	Anne
N	K/E Tanztraining 40+ / Improvisation	20:15 - 21:15	Carmen
DIENSTAG		Zeit	LehrerIn
B	E Pilates	09:00 - 10:00	Conny
NB	E Ballett Workout I Tanztraining	10:00 - 11:00	Marina, Carmen
K	Funky Jazz ab 10J A-M	17:00 - 18:00	Anne
K	Funky Jazz ab 14J A-M	18:00 - 19:00	Anne
E	Pilates	19:00 - 20:00	Conny
N	K/E Ballett Workout I Tanztraining	20:00 - 21:00	Marina, Carmen
MITTWOCH		Zeit	LehrerIn
B	E Jazz Dance M	08:30 - 09:45	Anne
B	E Jazz Dance A	10:00 - 11:00	Anne
K	Ballett ab 12J	13:30 - 14:30	Sigi
K	Ballett ab 9 J	14:30 - 15:30	Sigi
N	K/E Jazz Dance ab 10J	17:00 - 18:00	Patricia
N	K/E Dance Mix - Toning	18:00 - 19:00	Patricia
N	K/E Tanztraining / Improvisation	19:00 - 20:00	Carmen
N	K/E Entspannungstraining	20:00 - 21:00	Carmen
DONNERSTAG		19:30 - 20:30	LehrerIn
B	E Pilates	09:00 - 10:00	Carmen
NB	E Dance Mix I Step & Tone im Wechsel	10:00 - 11:00	Patricia
N	K Kindertanz ab 4J	14:00 - 14:45	Carmen
K	Modern Moves ab 7J	15:00 - 16:00	Carmen
K	Kindertanz ab 6J	16:00 - 17:00	Carmen
K	Jazztanz ab 8 J	17:00 - 18:00	Patricia
K	Jazztanz ab 9 J (Warteliste)	18:00 - 19:00	Patricia
N	E Rückentraining nach Vereinbarung	19:00 - 20:00	Carmen
N	K/E Contemporary Dance A	20:00 - 21:15	Carmen
FREITAG		Zeit	LehrerIn
B	E Pilates	09:00 - 10:00	Conny
B	E Bodytoning	10:00 - 11:00	Conny
K	Breakdance Vorstufe ab 6J	15:30 - 16:30	Roman
K	Breakdance ab 10J	16:30 - 17:30	Roman
N	K/ Ballett ab 14J	17:30 - 18:30	Marina
N	E Ballett Workout I Tanztraining	18:30 - 19:30	Marina, Carmen
N	E Lindy Hop	20:00 - 21:15	Walter
SAMSTAG		Zeit	LehrerIn
N	E Special	09:00 - 10:00	Team
N	E Special	10:00 - 11:00	Team
N	K/E Workshop siehe Ausschreibung		
SONNTAG		Zeit	LehrerIn
N	E West Coast Swing	20:00 - 21:15	Walter

## STUNDENPLAN TÄGERWILEN

ab August 2015

MONTAG		Zeit	LehrerIn
K	Ballett ab 7J	16:30 - 17:30	Sigi
E	Dance Fit / Stretching	17:30 - 18:25	Sylvia
E	Flamenco Technik & Choreographie A	18:30 - 19:45	Carmen
E	Sevillanas A-F	19:45 - 20:30	Carmen
E	Flamenco Technik & Choreographie M	20:30 - 21:45	Carmen
DIENSTAG		20:00 - 21:15	LehrerIn
N	K Hip Hop ab 10J ab September 15	16:30 - 17:30	Simone
N	K Hip Hop ab 13J ab September 15	17:30 - 18:30	Simone
N	K Flamenco Kinder ab 8J	18:30 - 19:30	Carmen
N	K Flamenco Kinder ab 12J	19:30 - 20:30	Carmen
MITTWOCH		Zeit	LehrerIn
N	K/E Hip Hop Basics A-M	19:00 - 20:00	Mike
N	K/E Hip Hop Dance A-M	20:00 - 21:00	Mike
DONNERSTAG		Zeit	LehrerIn
E	Dance Fit / Stretching M 40+	09:00 - 09:55	Sylvia
N	E Dance Fit / Stretching A 40+	10:00 - 10:55	Sylvia
N	E Fit und Gesund 60+	11:00 - 12:00	Sylvia
N	K Pré-Ballett ab 6 J	14:00 - 15:00	Marina
N	K Ballett ab 9J	15:00 - 16:00	Marina
N	K Akrobatik ab 10J	16:00 - 17:00	Marina
E	Pilates	18:30 - 19:30	Anne-Mireille
N	K/E Newstyle ab 16J ab September 15	19:30 - 21:00	Simone
FREITAG		Zeit	LehrerIn
E	Flamenco 60+	09:00 - 10:00	Carmen
E	Flamenco Technik & Choreographie A	10:00 - 11:00	Carmen
K	Funky Jazz ab 12J A-M	17:30 - 18:30	Anne
K/E	Zumba® Gold	19:30 - 20:30	Carola

K Kinder / Jugendliche      N startet neu    A nur mit Anmeldung  
E Erwachsene                      B Betreuung für Kinder

TANZ JETZT  
AUS DER REIHE



**NEUE  
KURSE  
AB AUGUST**



**Impuls TANZ I BEWEGUNG**  
Konstanzerstrasse 3    Hauptstrasse 159    T 0041 (0) 71 667 05 65  
8274 Tägerwilen      8272 Ermatingen    impuls@tanz-bewegung.ch  
[www.tanz-bewegung.ch](http://www.tanz-bewegung.ch)