TANZSPORTCLUB IBBENBÜREN E.V.

KURSPROGRAMM

MAL WIEDER LUST AUF TANZEN?

Kennen Sie das? Sie sitzen abends im Urlaub in der Hotel-Bar, die Band spielt, gut gelaunte Paare tanzen - nur Sie sind nicht dabei, weil Sie die Schritte nicht beherrschen. Ob Hochzeit, Party oder Ball – Tanzen gehört dazu, für die, die es können. Der Tanzsportclub Ibbenbüren (TSC) hilft dabei. Rund 600 Mitglieder haben den TSC zu einem der größten Tanzclubs in NRW gemacht.

Nach dem Motto: „Tanzen ist Zeitgeist, Harmonie und Lebensfreude..." hat der TSC für jeden von 4 bis 99 das passende Angebot. Modern Dance, Fitness, Ballett, Zumba, Bokwa, Hip Hop, Standard- und Latein-Tänze und mehr werden beim TSC von professionell arbeitenden Trainern unterrichtet. Seit über zehn Jahren bietet der TSC auch Rollstuhltanz an. Außerdem haben Menschen mit anderen Beeinträchtigungen seit langem ihr tänzerisches Zuhause beim TSC gefunden.

Viel Wert legt der TSC neben dem gemeinsamen Sport auch auf die Geselligkeit. Ob Dämmerschoppen, Geburtstagsfeiern oder Themenabende, es gibt immer wieder Neues zu erleben.

Der Tanzsportclub Ibbenbüren e.V. wurde 2002 gegründet. Der TSC hat sogar ein eigenes Clubhaus, das 2006 erworben, umfangreich renoviert und für tänzerische Belange umgebaut wurde. Herzstück ist der Tanzsaal, der bei Großveranstaltungen wie dem TSC-Winterball rund 200 Zuschauern Platz bietet. Er wird an freien Wochenenden auch anderen Vereinen für Seminare zur Verfügung gestellt. Ein zweiter Saal ist mit Stangen für den Ballett-Tanz eingerichtet worden, derzeit wird ein zusätzlicher Saal mit einem speziellen Tanzboden zur Schonung der Gelenke angebaut. Das großzügige Foyer ist mit einer Theke und Küche bestückt, hier lässt es sich nach Herzenslust feiern und nach dem Training gemütlich zusammen sitzen. Selbstverständlich verfügt das Clubhaus über einen barrierefreien Eingang und eine Behindertentoilette, sowie einen separaten Sanitätsraum mit Vollausstattung.

Stöbern Sie in dieser Broschüre, überzeugen Sie sich von der Vielseitigkeit und der Lebensfreude, die der Tanzsport im TSC bietet. Am Ende dieser Broschüre finden Sie den Wochenplan mit allen Kursen und das Anmeldeformular - wir sehen uns auf den Tanzflächen des TSC Ibbenbüren!

INHALTSVERZEICHNIS

Das Kursprogramm des TSC ist in 4 Sparten unterteilt, die Sie nicht nur in unserem Logo erkennen, sondern auch anhand der jeweiligen Farbe in dieser Broschüre. Damit Sie das passende Tanzsportangebot noch einfacher finden, haben wir zusätzlich runde Buttons verwendet, die Ihnen auf einem Blick zeigen für welche Altersklassen das jeweilige Kursangebot geeignet ist.

PAARTANZ & TRADITIONELLER TANZ

Discofox/Swing . . . . . 9 J E
Flamenco . . . . . 10 J E
Menschen mit Behinderung . . 8 J E
Orientalischer Tanz . . . . . 10 J E
Rollstuhltanz . . . . . 8 J E
Salsa . . . . . 7 J E
Seniorentanz . . . . . 7 S
Tanzkreise . . . . . 7 J E S
Turniertraining . . . . . 9 K J E

BALLETT & MODERN DANCE

Ballett . . . . . 15 K J E
Kindertanz . . . . . 15 K
Modern Dance . . . . . 15 J E

FITNESS

BOKWA . . . . . 12 J E
Pilates . . . . . 12 E
Zumba . . . . . 12 J E

HIP HOP & BREAKDANCE

Aladdin Styles . . . . . 16 J
Breakdance . . . . . 16 K J
Hip Hop . . . . . 16 K J

K = Kinder
J = Jugendliche
E = Erwachsende
S = Senioren

MIT SPASS LERNEN
VON DEN PROFIS

NATASCHA ADAMINI

Salsa

ANGELIKA BLANK

Menschen mit Behinderung, Rollstuhltanz, Tanzkreis

REINHARD BLANK

Menschen mit Behinderung, Rollstuhltanz, Tanzkreis

CHRISTOF CZARNECKI

Salsa

SIMON HEEKE

Kinder & Jugendliche im Standard & Latein

JÖRG HELMER

Turniertraining St/Lat; Trainer A

KARIN HOPMANN

Flamenco; MA Kunstpädagogik Schwerpunkt Bühne

KRISTINA ULRICH

Tanzkreis, Turnier-Practice-Training; Trainer C

IVAN ACEVEDO

Zumba, Bokwa; Zumba Toning

SVENJA BÖRGEL

Zumba; Übungsleiterin C

TANJA GERTJE

Zumba; Übungsleiterin C, Zumba Step

SARAH WESSELMANN

Kindertanz

KATRIN BANSE

Modern Dance, Pilates; BA Theatre Dance

ADA HERMANN

Ballett; Übungsleiter C

LINDA HÖVEL

Kinder & Jugendliche im Standard & Latein

EPPI KAMMERS

Seniorentanz, Tanzkreis

HANS-PETER KAMMERS

Seniorentanz, Tanzkreis

MATEUSZ PAWLAK

Tanzkreis

ANDREA PRIEF

Orientalischer Tanz; Übungsleiterin C

RUTH TERMÖLLEN

Tanzkreise; Übungsleiterin C

THOMAS TERMÖLLEN

Tanzkreis; Übungsleiter C

RAI KIRCHNER

Ballet; Dipl. Tanz

SARAH-OLIVIA LURANC-KIRCHNER

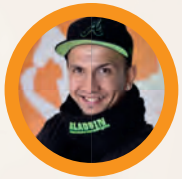
Ballet; Dipl. Tanz

JULIA MAURER

Ballett

JEANNIE ADLER

Hip Hop, Kindertanz; Übungsleiterin C



ADNAN BRAHA

Aladdin Style

BRUNO DE CARVALHO

Hip Hop, Breakdance; Tanzpädagoge Streetstyle

PAARTANZ & TRADITIONELLER TANZ

Der Paartanz ist die klassische Form des Tanzes. Beispiele sind die Lateinamerikanischen Tänze wie Cha-Cha-Cha, Rumba, Samba, Jive und Paso Doble. Zu den Standardtänzen gehören Wiener Walzer, Langsamer Walzer, Quickstep, Tango und Slowfox, die meisten Swing-Tänze und außerdem unter anderem Discofox, Foxtrott, Rock'n'Roll und Salsa. Haben Sie Lust bekommen, mitzutanzen? Beim TSC ist fast alles möglich!

TANZKREISE

J E S

Sie möchten Tanzen zu Ihrem Hobby machen? Dann sind Sie hier genau richtig! Sie bekommen mehr Sicherheit und können Ihren Tanzstil weiter verbessern. Es werden aber auch immer wieder Anfängergruppen eingerichtet. In den Tanzkreisen werden vor allem die klassischen Paartänze, wie Standard und Lateinamerikanische Tänze sowie Discofox eingeübt. Einmal pro Woche kommen die Paare abends zusammen, um ihrem Hobby zu frönen. Und hinterher wird die Geselligkeit gepflegt. Die Tanzkreise richten sich an alle Altersgruppen.

SALSA

J E

Der Begriff „Salsa" bedeutet „Soße" und steht für die bunte Vielfalt von Musik und Tanz. Im 16. und 17. Jahrhundert brachten die Spanier Sklaven mit nach Kuba. Ihre Gesänge und Tänze waren z.B. Gebete an die Götter, dienten aber auch zur Entspannung nach der harten Arbeit. So entstand dieser rhythmische Tanz und die Musik. Man kann zur Salsamusik alleine, als Paar oder als Gruppe tanzen. Es gibt heute viele verschiedene Stilrichtungen, z.B. den Los Angeles- oder New Yorker-Stil. Auch der Mambo hat auf Kuba seine Wurzeln.

SENIORENTANZ

S

Tanzen hält Körper, Geist und Seele fit, das gilt für Jung und Alt. Tanzen ist für Ältere einfach ideal, da es viel Koordination und Ausdauer erfordert. Aber auch Rhythmus spielt eine wichtige Rolle. In der Gruppe werden Freundschaften geschlossen, Geselligkeit trägt zum Wohlbefinden bei. Die Seniorentanzgruppe des TSC nennt sich „Der fröhliche Kreis". Zu flotter Musik werden neue Tänze eingeübt oder wiederholt. Altersmäßig spannt sich ein Bogen von 30 Jahren über die Tanzgruppe, die Älteste ist 89. Kommen Sie doch einfach vorbei!

MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

J E

Tanzen ist ein Hobby für alle, also auch für Menschen mit Behinderungen.

Der TSC hat sich schon früh für diese oft benachteiligte Gruppe geöffnet und bietet ihr im Clubhaus an der Berliner Straße jede Woche die Möglichkeit, sich fröhlich und beschwingt zur Musik zu bewegen. Die Gruppe wird angeleitet von einem fachlich versierten Trainer-Ehepaar.

ROLLSTUHLTANZ

J E

Rollstuhltanz wird immer beliebter. Er ist schön anzuschauen und lässt behinderte Menschen zeitweilig ihre „Nicht-Mobilität" vergessen. Der TSC Ibbenbüren macht sich seit jeher für benachteiligte Gruppen stark und so sind die Rollstuhltänzerinnen und -tänzer fester Bestandteil des Trainingsplanes. Wöchentlich finden sich Gehbehinderte und nicht Behinderte im Clubhaus ein, um bei flotter Musik fröhlich zu trainieren. In der Kombination „Rolli und Fußi", also Rollstuhlfahrer und Fußgänger, werden inzwischen bereits Meisterschaften ausgetragen.

TURNIERTRAINING

K J E

Eleganz und Dynamik, seine Grenzen erkunden, sich mit anderen messen, Fitness fördern, sich mit Gleichgesinnten weiterentwickeln, verstehen wie Technik funktioniert, im Applaus baden, an der Turnieratmosphäre teilhaben, sich künstlerisch ausdrücken lernen, magische Momente der Harmonie zwischen dem eigenem Körper, der Musik und dem Partner erleben! Beim TSC lernt ihr unter Anleitung eines höchstqualifizierten Trainers und Sportpädagogen in netter Atmosphäre mit viel individueller Unterstützung und könnt nach neun Monaten zum ersten Mal starten!

DISCOFOX/SWING

J E

Der Discofox ist sowohl explosiv, lustig, frivol, heißblütig, hart, rhythmisch als auch lässig und weich. Bis Mitte der 70er Jahre dominierten die Solotänze, danach entstanden die Paartänze zur Discomusik. In den USA entstand um 1974 der Hustle, in Deutschland der Discofox. Grundlagen für diese Paartänze boten der Beat, Swing, Rock, Schieber und der klassische Foxtrott. In den 80er Jahren entstand in der Schweiz der Disco Swing, der viele Tanzrichtungen kombinierte. Auch beim TSC gehört der Discofox zu den beliebtesten Tanzarten.

FLAMENCO

J E

Der Flamenco - das rhythmische und strengen Regeln unterworfene Zusammenspiel von Tanz, Gesang und Musik - hat seine Wurzeln in Andalusien, ist mittlerweile sogar Weltkulturerbe. Fachleute weisen präromanische Ursprünge, Einflüsse des frühen Christentum und der Juden, der muslimischen Kultur, der kastilischen Bevölkerung, der Mauren, der Gitanos und der afrikanischen Musik nach.
Wie auch immer: Der stolze Tanz und die prächtigen Kostüme packen alle. Flamenco gehört zum Kursangebot des TSC.

ORIENTALISCHER TANZ

J E

Wohl kaum jemand kann sich der geheimnisvollen Sinnlichkeit des Orientalischen Tanzes entziehen. Diese Tanzform hat ihren Ursprung in Ägypten und bezeichnet den dortigen Solotanz der Frauen. In Ägypten hatte der Tanz von jeher einen hohen Stellenwert bei allen Festen. Mit zunehmendem technischen Fortschritt und kulturellem Austausch verbreitete sich der Tanz auch im Ausland. Es gibt inzwischen eine kontroverse Auseinandersetzung darüber, was der „echte" ägyptische Tanz sei. Finden Sie Ihren Stil beim TSC heraus!

Alleinunterhalter und DJ

...Musik für Jung und Alt!

Thomas Termöllen
Stauffenbergstr. 27
49497 Mettingen
Tel. 05452/3276
Mobil 0151/72624385
thomas.termoellen@osnanet.de

SPORTMEO

Termine, Kurse, Sportplätze und Trainer Ihres Vereins, Tanzschule oder Fitnessstudio verwalten

+

Kursanmeldung oder Platzreservierung für Ihre Mitglieder online

Einfach & schnell auf allen Endgeräten.
Ohne Softwareinstallation.

Erstellen Sie ein SPORTMEO-Portal auch für Ihren Verein - kostenlos!
www.sportmeo.com

Rumpf

IHR LIEFERANT FÜR TANZBEKLEIDUNG UND SCHUHE

Besuchen Sie unseren Showroom
am Autobahnkreuz Schüttorf

WE MAKE YOU DANCE.

RUMPF.NET

LAGERVERKAUF:
Mo.–Do. 8:00 bis 17:00 Uhr
Fr. 8:00 bis 14:00 Uhr

RUMPF SHOWROOM:
TEXTILSTRASSE 19,
48465 SCHÜTTORF

ZUMBA

J E

Der Kolumbianer Alberto Perez, genannt „Beto", entwickelte diese spezielle Fitness-Variante aus Aerobic-Elementen, kombiniert mit Schritten aus Salsa, Calypso, Reggaeton, Samba und Merengue Mitte der 90er Jahre in seinem Heimatland. 1999 brachte er den Trend nach Amerika. Übersetzt bedeutet „Zumba" so viel wie „Bewegung und Spaß haben". Beim TSC arbeiten professionelle Zumba-Trainerinnen und -Trainer. Jedes Lied erhält eine eigene Choreografie. Zumba wird als anspruchsvolles Ganzkörpertraining geschätzt.

BOKWA

J E

Unkomplizierten Spaß und schweißtreibendes Workout – das verspricht der Trend-Tanz BOKWA aus den USA. Der Clou dabei: Schritte zählen, lange Abfolgen mit komplizierten Choreografien merken – das entfällt und macht die Sportart für jeden möglich. Das kann auch im Clubhaus des TSC gelernt werden, mit anheizender Musik diesen Tanz aus Boxen (BO) und dem afrikanischen Tanz Kwaito (KWA) völlig unkompliziert zu betreiben. BOKWA sei viel einfacher als Zumba, sagt der Erfinder des neuen Trend – Tanzes Paul Mavi.

PILATES

E

Pilates sorgt für eine gute Haltung, einen straffen Bauch und einen starken Rücken. Schon in den 20er Jahren entwickelte Joseph Pilates aus Mönchengladbach in New York ein Fitness-Programm, das asiatischen Kampfsport mit Yoga-Elementen und westlicher Gymnastik in Einklang brachte. In sein Studio kamen Tänzer und Schauspieler, die durch ihren Beruf Probleme mit den Gelenken und Bandscheiben bekommen hatten. Wichtig ist eine fachliche Einführung, um Bewegungs- und Haltungsfehler zu vermeiden. Und die gibt es natürlich beim TSC.

FITNESS

Zumba und BOKWA gelten als wahre Fitmacher. Zumbainstruktoren sind der Meinung, dass je nach Variante Werte zwischen 600 und 1000 kcal pro Stunde erreicht werden können. Beim BOKWA erscheint ein Kalorienverbrauch mit 725 kcal pro Stunde möglich. Wie auch immer: Freude an der Bewegung, Spaß und Musik stehen im Vordergrund und machen die Anstrengung viel weniger spürbar.

BALLETT & MODERN DANCE

Die Ballett-Gruppen des TSC sind behutsam, aber professionell aufgebaut worden und haben die eine oder andere junge Tänzerin bereits zum anspruchsvollen „Ballett auf Spitze“ geführt. Modern Dance gilt als Schwester des Ballett - beide Tanzarten werden beim TSC sehr ernst genommen und von Profis unterrichtet.

BALLETT

K J

Im Ballett werden, anders als bei vielen Fitness-Sportarten, alle Teile des Körpers gleichmäßig gefördert. Daher ist das klassische Training ein ideales Mittel, in Form zu bleiben und eignet sich auch als optimale Ergänzung für Tänzer, die ihre Vorlieben sonst im Hip Hop, Jazz- oder Modern Dance sehen. Voraussetzung ist eine starke Körperbeherrschung, die im Ballettunterricht erlernt wird. Profi-Trainerinnen und -Trainer helfen beim TSC dabei, für Sie und/oder Ihr Kind die richtige Gruppe zu finden. Von Anfänger bis zur Wettbewerbs-Leistungsgruppe.

MODERN DANCE

J

Modern Dance ist in den USA als Gegenbewegung zum klassischen akademischen Tanz entstanden und gilt neben dem traditionellen Ballett als wichtigste Stilrichtung des heutigen Bühnentanzes. Lust auf Modern Dance? Kids und Teens können diese dynamische Tanzart in neuen Gruppen beim TSC erlernen. Unser Jazz- und Modern-Dance-Training besteht aus einer Aufwärmphase mit tänzerischen Spielen und gymnastischen Übungen. Danach werden Tanzschritte und Kombinationen erlernt, Beweglichkeit und Rhythmus geschult.

KINDERTANZ

K

Unsere Kleinsten sind erst drei Jahre alt und tanzen mit großer Begeisterung. Auf unserer traditionellen Dance Show sind sie jedes Jahr ein kleines Highlight. Durch tänzerische Spiele werden die Kinder langsam an die Tanzwelt gewöhnt.
Sie tanzen Modern Dance ebenso wie Ballett, Paartanz mit den klassischen Stilarten und Lateintänze ebenso wie Hip Hop und Kreative Kindertänze. Beim Paartanz erlernen die 6– bis 12-jährigen Grundschritte, Basic-Figuren und den Rhythmus der Tänze. Mancher Erwachsene staunt über die Kids.

ALADDIN STYLES

J

Streetdance – wörtlich Straßentanz – ist kein Vorrecht mehr für Jungs. Deshalb können auch Mädchen beim TSC diese impulsive und kraftvolle Tanzart erlernen. Unter der Anleitung von jungen Profitänzern bietet der TSC auch einen Anfänger-Kursus für Jungen und Mädchen an. In Streetdance mischen sich Einflüsse aus Funk, Soul, Latin und Breakdance. Obwohl sich Streetdance einer strengen Klassifizierung entzieht, gibt es doch ein typisches Bewegungsgefühl, das seinen Ursprung in Musik und Tänzen der Afro-Amerikaner hat.

HIP HOP

K J

Hip Hop hat seine Ursprünge in den afroamerikanischen Ghettos New Yorks der 1970er-Jahre und hat sich zu einer weltweiten Subkultur der städtischen Jugend entwickelt hat. Aufgrund ihrer Ursprünge versteht sich Hip Hop als Street Culture. Zu Beginn dieser Musikkultur spielte lediglich das DJing eine Rolle. Die „Sänger" waren damals nur „Unterstützer" der DJs . Im Laufe der Zeit entwickelte sich das MCing (Sprechgesang) heraus. Die nun entstandene Rapmusik entwickelte viele Facetten. Hip Hop gibt es beim TSC für Kinder und Jugendliche.

BREAKDANCE

K J

Breakdance zieht vor allem junge Leute geradezu magisch an. Deshalb bietet auch der TSC Breakdance für Jungen und Mädchen an. Breakdance ist als Teil der Hip-Hop-Bewegung unter afroamerikanischen Jugendlichen im New York der frühen 1970er Jahre entstanden. Getanzt wird zu Pop, Funk oder Hip Hop. Breakdance fordert eine hohe Disziplin von den Tänzerinnen und Tänzern, die oft über athletische Fähigkeiten verfügen müssen. Die Breakdance-Kultur begreift sich als frei von Grenzen der Rasse, des Geschlechts oder Alters.

HIP HOP & BREAKDANCE

Hip Hop oder Breakdance und auch Streetdance – alle Tanzarten wurzeln in den USA, früher musikalische Lebens- und Protestformen junger Leute meist afroafrikanischen Ursprungs. Sie hatten damit etwas Eigenes, dass sie den vermeintlich übermächtigen Weißen entgegensetzen konnten. Bis heute haben sich daraus anspruchsvolle Tanzkulturen entwickelt.

Pascal Schön
Der DJ Ihres Vertrauens.
Tanzen lernt man beim TSC und für die passende Musik auf Ihrer Feier sorge ich
Eigene Musik- & moderne Lichtanlage für bis zu 200 Personen
Kostenloses Vorabgespräch in Ibbenbüren, Osnabrück, Bramsche & Umgebung
0177/4310554 www.pascal-schön.de

NEU
TANZSPORTCLUB IBBENBÜREN E.V.
DIE KOLLEKTION DES TSC
Einfach online bestellen unter shop.tsc-ibbenbüren.de

MACHEN SIE IHRE PARTY UNVERGESSLICH.
FOTOBOX INKL. LIVE-DRUCK DIREKT ONLINE BUCHEN:
www.m2fotobox.de
M2 FOTOBOX | Osnabrücker Str. 17 | 49477 Ibbenbüren

LUST BEKOMMEN?

Sie haben Kurse entdeckt, die Ihnen oder Ihren Liebsten Spaß machen könnten? Dann schauen Sie im beigefügten Anmeldeformular nach, wann Ihr Wunschkurs oder Ihre Wunschkurse stattfinden und füllen Sie den Anmeldebogen aus. Und dann heißt es: runter vom Sofa - wir sehen uns auf den Tanzflächen des TSC!

- **PROFESSIONELLE TRAINER**
- **EIGENE TANZSÄALE**
- **SCHWINGBODEN ZUR SCHONUNG DER GELENKE**
- **GÜNSTIGE BEITRÄGE**
- **GRÖSSTE TANZFLÄCHE IM KREIS STEINFURT**
- **GESELLIGER THEKENBEREICH & EIN TOLLES VEREINSLEBEN**

IMPRESSUM

HERAUSGEBER
TSC Ibbenbüren e.V.
Berliner Str. 10
49479 Ibbenbüren-Püsselbüren

05451/972266
info@tsc-ibbenbueren.de
www.tsc-ibbenbüren.de

Vereinsregister Amtsgericht
Steinfurt, Nr. VR 10 717

TEXTE
db-Pressedienst, Ibbenbüren
db-pressedienst@t-online.de

LAYOUT
etrada GmbH, Ibbenbüren
info@etrada.de

FOTOS
m2 Fotografen, Ibbenbüren
www.m2fotografen.de

nelson gomes

konzepte für vermögen & versicherungen

Finanzierungen
Financial Planning
Versicherungen

"Als Finanzfachwirt und unabhängiger Versicherungsmakler unterstütze ich Sie mit individuellen und maßgeschneiderten Finanzkonzepten in den Bereichen **Vermögensaufbau- bzw. Anlage, Finanzierung und Versicherungen.**

Ihr Vorteil: im Gegensatz zu Vertretern einer Bank oder eines Versicherungsunternehmens arbeite ich **im Auftrag und Interesse des Kunden** und vergleiche für Sie die interessantesten und günstigsten Bank-, Versicherungs- oder Investmentunternehmen - und das alles kostenlos."

Jetzt Termin vereinbaren

Aloysiusstr. 70 | 48429 Rheine | Tel.: 0 59 71/80 72 350 | kontakt@nelson-gomes.de | www.nelson-gomes.de