

Info Brief Februar 2023

Ballettschule im Hofgarten

DEM GESUNDHEITZENTRUM LOHMAR

In den Karneval Tagen vom Donnerstag, den 16. Bis zum Dienstag, den 21. 2. 2023 ist die Ballettschule geschlossen.

Die Räumlichkeiten sind für Alle mit **Maskenpflicht** wieder zum Besuch erlaubt.

Die Eltern der Früherziehung Kurse Stufe 1 bitten wir die Umkleiden zum Umziehen der Kinder zu nutzen, damit der Unterricht möglichst reibungslos vor sich gehen kann.

Corona Test werden nicht mehr kontrolliert. Wir bitten bei Erkältung Symptomen eigenverantwortlich zu handeln.



**Karnevalsparty
in der
Ballettschule**

KARNEVALSPIELE
SINGSPIELE
KARNEVALSTÄNZE
AUSZEICHNUNG DER 3 EINFALLSREICHSTEN KOSTÜME
JEDE MENGE SPAß

**11. Februar 2023
15:00-17:00**

**Für alle Schüter*innen von 4-9 Jahren
Teilnahmegebühr 15€**

Ballettschule

Ballettschule
Gartenstraße 3
33797 Lohmar

Anmeldung

TEILNAHMEGEBÜHR 15,-€
Anmeldeschluss: 9.2.2023

(auch Nichtteilnehmer dürfen teilnehmen)

Vorname des Kindes: _____
 Nachname: _____
 Alter: _____
 Telefon: _____
 Datum und Unterschrift: _____

Sollte aus persönlichen Gründen eine Kursnahme nicht erfolgen, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass die Benutzung der Anlage auf mein Risiko erfolgt und dass aus gesundheitlichen Gründen keine Ansprüche an der Teilnahme des Kindes vorliegen. Ich bestätige, dass die möglichen Eltern freiwillig ertart wurden. Die Ballettschule im Hofgarten versichert, dass diese Daten unter Verschluss gehalten werden und eine Weitergabe nicht erfolgt, und dass der Unterzeichner diese Einwilligung jederzeit widerrufen kann. Den vorliegenden Sachverhalt habe ich gelesen und verstanden.

Wir machen eine Karneval Party!!! Mit Tanz Spiel und Musik den Karneval feiern und dabei auch noch etwas lernen und dein liebstes Kostüm zeigen!!!



PAARTANZ 4 Wochen Kurs

IMMER MITTWOCHS 20:30 – 21:30

Lerne in unserem neuen Paartanz Kurs die Grundschritte und leichte Kombinationen der klassischen und modernen Gesellschaftstänze.

Im monatlichen Rhythmus wechselt der Kursschwerpunkt von Disco Fox zu langsamer Walzer, ChaChaCha, Rumba und viele mehr. Du kannst diesen Kurs als 4 Wochen Paket buchen (4 Wochen = 1 Kursschwerpunkt) oder eine Mitgliedschaft abschließen.

Für die Hochzeitspaare bieten wir euch Privatstunden an, in denen wir euch für den schönsten Tag in eurem Leben vorbereiten und eine Choreographie für euren Hochzeitstanz erarbeiten.

FÜR ANFÄNGER GEEIGNET

Ballettschule im Hofgarten
SCHULE FÜR KÜNSTLERISCHEN TANZ UND GESUNDHEIT
GÄRTENSTRASSE 3, LOHMAR
TEL. 02246-3526

Pro Person 58€

Der Partner bekommt 15% Ermäßigung

Anmeldungen im Büro

Am **8. Februar** startet die nächste Runde Gesellschaft Tanz. Es beginnt passend zu den Nürrischen Zeiten mit

Disco Fox

Einfach Spaß am Tanzen, den Grundschritt neu erlernen oder einige Drehungen wieder auffrischen

Mit oder ohne Partner

4 mal Mittwochs um 20.30 Uhr und ihr seid fit für die Tanzfläche

HAUS SONNENFLUH

PILATES REISE 2.0
Yoga | Barre - 1. Juli - 8. Juli 2023

Preis (ohne Training) ab 425€
Preis (mit Training) ab 445€
zubuchbar sind Massagen und Personal Training

eine Kooperation von

Rehateam **sport-shop halpaus**
www.Rehateam-im-Hofgarten.de

Aktive Bergwoche nach Warth am Arlberg

Inklusive:

- 7 Übernachtungen im Doppelzimmer (mit Etagedusche und -WC), Bad im Zimmer oder Einzelzimmer möglich mit Aufpreis
- Reichhaltiges Berg-Frühstücksbuffet
- Gesundes mehrgängiges Abendessen
- 3 Kurseinheiten pro Tag (Mittwoch trainingsfrei)
- Lechtal Activcard / Tickets für alle Bergbahnen und Busse im Lechtal und viele andere Vergünstigungen

www.sport-shop-halpaus.de

Yoga und Pilates Reise

Eine Woche Entspannung und wohlfühlen im schönen Bergpanorama der Lechtaler Alpen.

In dieser Woche bieten wir euch in Kooperation Sport Shop Halpaus, das gewohnte „Sonnenfluh-Angebot“ inkl. 15 Trainingseinheiten in Pilates, Yoga oder Barre an.

Die Woche steht ganz im Zeichen von „Entspannung und wohlfühlen“. Es finden täglich 3 Kurseinheiten statt, die von ausgebildeten Trainerinnen durchgeführt werden.

Hier erhaltet ihr die optimale sportliche Betreuung die ihr benötigt, egal ob Anfänger oder Profi. Individuelle Personaltrainings sind gegen Aufpreis zu buchbar.

Die Kurseinheiten werden von den Krankenkassen als

Präventivkurs unterstützt! Bei Fragen hierzu könnt ihr uns gerne kontaktieren.

Eine Kurseinheit wird am Morgen und zwei am Nachmittag stattfinden. Zwischen den

Trainingseinheiten kann der Tag individuell genutzt werden. Egal ob beim Wandern, Schwimmen,

Bummeln durch Lech oder bei einer zünftigen Pause auf einer der zahlreichen Berghütten.

Andreas, Doris und ihr Team freuen sich auf eine aktive Bergwoche mit euch.

Neu Anmeldungen sind auch möglich bei Tom Langen



Street Dance - Urban Dance - Hip Hop - Breakdance

Immer am Dienstag
 16.30 Breakdance Kids
 17.30 Stufe 1
 18.30 Stufe 2

Brandaktuell mit dem
 bekannten Tänzer und Choreografen

[Tom Langen \(@tom_rockingz\) • Instagram-Fotos und -Videos](#)



08.03.2023, 20 Uhr

To consent not to be a single being. On 'solo' in contemporary dance (Vortrag)

Sandra Noeth (DE)

Online-Veranstaltung in den Räumen der Ballettschule

Zur Teilnahme bitte eine E-Mail an

info@ballettschule-im-hofgarten senden



- Es gibt eine neue Aufführung/ Gala im Dezember!!!!

Wir planen „Der kleine Prinz“

Für das Vortanzen und Interesse an Solo- Rollen
 bitte im Büro melden!!

Neu: Samstags gibt es ein offenes Training für Ehemalige! Einmal im Monat!

11.2., 18.3., 15.4., 13.5., 10.6.2023

Immer um 10.30 Uhr

Jazz - Contemporary

mit Spaß nochmal im Saal stehen und gemeinsam schwitzen tanzen, Erinnerungen austauschen

Wenn du nicht mehr in der Nähe wohnst und zufällig da bist 😊



YIN YOGA

DEIN TERMIN FÜR DEINE AUSZEIT

AB SOFORT AUCH KRANKENKASSENUNTERSTÜTZT!

JEDEN DIENSTAG | 19:30 - 21:00

Ein sehr ruhiger Yoga Stil, der für alle Altersklassen geeignet ist (ganz gleich ob Anfänger oder Fortgeschrittene). Die Übungen (Asanas) werden meist im Sitzen oder Liegen ausgeführt, dabei dehnen wir das tief liegende Bindegewebe, Fasern, Bänder, Gelenke und auch unsere Knochen. Yin Yoga ist einfach und doch manchmal eine Herausforderung (je nachdem, wie lange man in einer Position verweilen mag). Energieflüsse werden angeregt und es schafft innere Ruhe. Kurzum Yin Yoga macht glücklich!

ANMELDUNG UNTER
INFO@REHASPORT-IM-HOFGARTEN.DE | 02246-3526
WWW.REHATEAM-IM-HOFGARTEN.DE

Rehateam

Ballettschule

Bodywork

Barre Concept | Workout | Stretching

MONTAG	18:30 - 19:30
FREITAG	10:30 - 11:30

Gartenstraße 3 | 53797 Lohmar | info@ballettschule-im-hofgarten.de | 02 46-3526

Außerdem geplant:

- Wellness Tag
- All you can Dance
 - Wettbewerb Teilnahmen auf Anfrage
 - Intensiv Workshop Ballett Jazz Contemporary
 - Sommerferien Camp für Kinder in der 1. Ferienwoche

Ihr dürft also gespannt sein und nicht vergessen:
Fleißig und regelmäßig trainieren!

Wenn Ihr Fragen habt – einfach anrufen

02246-3526

info@ballettschule-im-hofgarten.de

Ich freue mich auf Alle

Doris Schuster-Weber