

15 Jahre Balu

Montag, 02.07.2018

Bewegungsraum

„Mit der Raupe von der Erde in die Lüfte“

Wir singen und tanzen mit der Raupe Nimmersatt.

16.30-17.00 1,5 – 3 Jahre
mit Manuela, Marlene und Jeannette

„Meeresrauschen und Wassertänze“

Wir tanzen und singen rund um das Thema Wasser.

17.00-17.45 3-5 Jahre
mit Manuela, Marlene und Jeannette

Musikraum

Wir basteln Meerestrommeln

16.15-18.30 alle Unterstufen
mit Maria und Lara

**„Basic-Pilates-Elemente“
für alle Erfahrungsstufen**

Die fließende Bewegungsqualität der konzentrierten Pilates-Übungen erfahren, die feurige Kraft der Körpermitte spüren, die luftige Leichtigkeit von effizienter Bewegung erleben und die erdende Wirkung des sanften Ganzkörpertrainings fühlen. Es kann auf unterschiedliche Erfahrungsstufen eingegangen werden, keine Vorkenntnisse nötig.

18.00-19.00 mit Jenny

Unsere Verlosung für Mittwoch:

„Welcher ayurvedische Typ bin ich?“

Vata Typ (Luft), den Pitta Typ (Feuer) und den Kapha Typ (Erde).

Dazu wird Ayurveda Tee angeboten. Viele kleine Preise winkeln und der Hauptgewinn ist eine ayurvedische Ganzkörpermassage.

Dienstag, 03.07.2018

Bewegungsraum

„Wassertänze und Wasserspaß“

Wir tanzen, singen und spielen mit Wasser und Tuscharben.

15.00-15.45 für die Kleinsten
mit Maria und Jeannette

Bewegungsraum

„Wassertänze, fliegende und krabbelnde Tiere“

16.30-17.00 1,5 – 3 Jahre

17.00-17.45 3 - 5 Jahre

17.45-18.30 ab 5 Jahre
mit Polyxeni und Jeannette

Musikraum

Wir basteln Meerestrommeln

17.00-18.00
mit Maria und Lara

Bewegungsraum

„Feuriger Salsa“

Wir tanzen alleine oder im Paar und lernen die Salsa-Grundschrte, angepasst an jedes Niveau mit anschließender kleiner Choreografie.

Kleine Vorführung der Di-Tanzgruppe um 20.15

Dazu: Feurige Salsa und Nachos

19.00-20.00 Uhr

20.15-21.15 Uhr

mit Angelo

„4 Tage - 4 Elemente“

Mittwoch, 04.07.2018

Bewegungsraum

„Wassertänze und Wasserspaß“

Wir tanzen, singen und spielen mit Wasser und Tuscharben.

11.00-11.45 für die Kleinsten
mit Manuela und Jeannette

Bewegungsraum

„Büffeljagd und fliegende Feder“

Wir singen und tanzen rund um das Thema Indianer.

16.30-17.00 1,5 – 4 Jahre

17.00-17.45 ab 4 Jahre

mit Manuela, Nadine, Jeannette und Miriam

Bewegungsraum

„Kampfkunst – Die Elemente“

für Erwachsene bietet die Kampfkunstgruppe eine offene Stunde an.

18.00-19.30

Musikraum

Wir basteln Traumfänger

17.00-18.00

Lara und Maria

19.00-20.00 Balufilm, Ausstellung, Tombola und Konzert der Lehrer und des Baluchors

Donnerstag, 05.07.2018

Bewegungsraum

„Feuertänze und Drachenmusik“

Wir singen tanzen rund um das Thema Feuer.

16.30-17.00 1,5 – 3 Jahre

17.00-17.45 3 - 5 Jahre

17.45-18.30 ab 5 Jahre

mit Polyxeni, Angeliki und Jeannette

Musikraum

Wir basteln Feuerstäbe

17.00-18.00 Uhr für alle Altersstufen
mit Maria und Lara

Bewegungsraum

**„Basic-Pilates-Elemente“
für alle Erfahrungsstufen**

siehe Mo

19.30-20.30 mit Jenny

Bei schönem Wetter gibt es auch vor dem Balu Angebote.

Alle Kurse sind kostenfrei!

Dazu bieten wir Häppchen und Getränke an – wie immer und ein bisschen mehr:-)

Jeder kann eine Freundin/einen Freund zur kostenlosen Schnupperstunde mitbringen.