

TANZCENTRUM KRESSLER // ALLE TERMINE FÜR GARBSEN, NEUSTADT & WUNSTORF // OKTOBER–DEZEMBER 2020

TANZPROGRAMM

JETZT NOCH
MEHR
KURSE IN
WUNSTORF

Tanzen

ES GEHT WIEDER LOS!

MIT ABSTAND DAS SCHÖNSTE HOBBY!

**TANZKURSE
FÜR PAARE**

**TANZEN & FITNESS
OHNE PARTNER**

**TANZKURSE
FÜR JUGENDLICHE**

**TANZEN
FÜR KINDER**

kressler
bewegt mich

Tanzen

ES GEHT WIEDER LOS!

MIT ABSTAND DAS SCHÖNSTE HOBBY!

Liebe Tanz- und Fitnessfreunde, Liebe neugierige Leser

Ihr haltet unser aktuelles Tanz- und Fitnessangebot für Garbsen, Neustadt und Wunstorf in den Händen. Nach fast dreimonatiger Corona-Zwangspause und einem eingeschränkten Betrieb in den Sommermonaten ist das keine Selbstverständlichkeit und wir freuen uns riesig, dass es jetzt endlich wieder losgeht.

Die Sehnsucht nach Geselligkeit und Bewegung ist groß und wir sind überzeugt, dass Tanzen und Gruppenfitness trotz Abstandsregelung wundervolle Hobbys sind. Mit unserem fantastischen Team treten wir an, um auch in der aktuellen Situation Lebensfreude zu verbreiten und euch ein unbeschwertes Freizeitvergnügen zu ermöglichen.

Damit das möglich ist, stehen wir in engem Kontakt mit den Behörden und setzen ein umfangreiches Hygienekonzept um. Denn: Lebensfreude und ein verantwortungsvoller Umgang mit der aktuellen Situation schließen sich nicht aus!

Auf den kommenden Seiten stellen wir euch unser umfangreiches Tanz- und Fitnessangebot vor, bei dem für jedes Alter und jeden Geschmack etwas dabei sein dürfte. Die nächsten Veranstaltungen findet ihr – sobald es wieder möglich ist – auf unserer Internetseite.

Wir freuen uns auf euch!

Euer Kressler-Team

INHALT

AKTUELLES	2-3
TANZKURSE FÜR PAARE	4-5
TANZEN & FITNESS OHNE PARTNER	6-7
TANZKURSE FÜR JUGENDLICHE	8-9
TANZEN FÜR KINDER	10-11
DANCE & FITNESS ACADEMY	12-15



NEU:
*Dance & Fitness
Academy*

Tanzschule oder Fitness-Studio? Wer sich nicht für eins von beidem entscheiden möchte, der ist in unserer neuen Dance & Fitness Academy genau richtig. Denn hier vereinen wir unser umfangreiches Gruppenfitness-Programm ab sofort mit Open Dance Classes, die ihr flexibel besuchen könnt. Egal ob Zumba®, Yoga, Hip Hop, Dancehall oder BodyPump® – diesen Mix findet ihr nur bei uns!

Klingt das spannend? Dann dreht dieses Heft jetzt um und entdeckt die neue Dance & Fitness Academy. Neben mehr als 30 Open Classes findet ihr dort ab sofort auch unsere festen Streetdance-Gruppen für Hip Hop, Disco Dance, K-Pop, Contemporary, Breakdance und Videoclip Dancing – für Kids, Jugendliche und Erwachsene.

*Jetzt an
3 Tagen
in Wunstorf*



Wir bringen Wunstorf in Bewegung: Auf vielfachen Wunsch bieten wir im Wunstorfer Festsaal zum ersten Mal Paartanzkurse für Erwachsene an! Neben zwei Gesellschaftstanz-Grundstufen, in denen ihr alle Standard- und Lateintänze lernt, erwarten euch ab Oktober auch drei Spezialkurse für Discofox, Boogie Woogie und Tango Argentino. Wir freuen uns auf viele tanzinteressierte Wunstorfer und wünschen euch viel Spaß beim schönsten Hobby zu zweit! Alle Kurstermine findet ihr auf der nächsten Doppelseite.

Übrigens: Auch für Schüler gibt es wieder drei neue Tanzkurse im Wunstorfer Festsaal (S. 9), für die ihr euch ab sofort anmelden könnt.

Hochzeitskurse

In unseren Hochzeits-Crashkursen bereiten wir euch in nur vier Wochen auf den schönsten Tanz eures Lebens vor. Ihr lernt Langsamen Walzer, Wiener Walzer und die wichtigsten Grundlagen des Discofox. Damit seid ihr bestens auf euren Ehrentanz vorbereitet und könnt bei der Hochzeitsfeier zu fast jeder Musik tanzen. In diesem Jahr gibt es noch zwei Hochzeitskurse in Garbsen:

ab Sonntag 25.10.2020 15.00 Uhr

ab Sonntag 22.11.2020 15.00 Uhr

je 4x 80 Minuten inklusive Pause: 79,- € pro Person

Infos & Anmeldung: www.kressler.de/hochzeitskurse



Euer privater Tanzkurs

So individuell kann Tanzenlernen sein: Egal ob ihr alleine, als Paar oder gleich mit dem ganzen Freundeskreis eine Privatstunde nehmen möchtet – wir machen (fast) alles möglich. Wenn ihr möchtet, richten wir euch sogar eine Privatgruppe mit euren Wunschtänzen ein oder kommen für einen Firmentanzkurs in euer Unternehmen.

Jetzt Wunschtermin vereinbaren: 05131 49 100

Freude verschenken

Egal ob zum Geburtstag, als Weihnachtsgeschenk oder als Überraschung zum Jahrestag: Der Kressler-Gutschein ist das perfekte Geschenk für alle, die ihre Freizeit gerne aktiv gestalten. Er ist in sechs verschiedenen Motiven erhältlich und gilt für das gesamte Tanz-, Fitness- und Veranstaltungsangebot in Garbsen, Neustadt und Wunstorf.

Unser Tipp für alle, die es eilig haben: Den Kressler-Gutschein gibt es auch online zum Selbstaussdrucken!

www.kressler.de/gutschein



UNSERE LOCATIONS

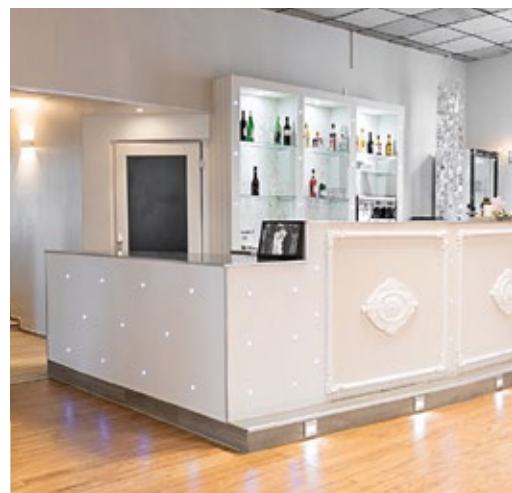
So erreicht ihr uns: ☎ 05131 49 100 🕒 Mo.–Fr.: 9–12 und 14–19 Uhr 📍 Alle Termine & Online-Anmeldung: www.kressler.de



📍 **Garbsen (GA)**
Havelser Straße 3
(Shopping Plaza)



📍 **Neustadt (NRÜ)**
Marktstraße 26–27
(Penthouse Neustadt)



📍 **Wunstorf (WU)**
Hindenburgstraße 56
(Wunstorfer Festsaal)

TANZKURSE FÜR PAARE



Das schönste Hobby zu zweit!

Zu schnellen Rhythmen über die Tanzfläche schweben, bei lateinamerikanischen Klängen die Hüften schwingen lassen oder bei einer romantischen Ballade die gemeinsame Zeit mit dem Partner genießen. Tanzen zu zweit ist ein Erlebnis für alle Sinne!

DAS ERWARTET EUCH

In unseren Gesellschaftstanzkursen lernt ihr alle wichtigen **Standard- und Lateintänze** die ihr braucht, um Spaß auf jeder Tanzfläche zu haben. Egal ob Walzer, Foxtrott oder Rumba – hier ist alles dabei!

Wenn ihr euch intensiv mit den Szene-Tänzen **Salsa, Bachata, Tango Argentino, Boogie Woogie, West Coast Swing** oder **Discofox** beschäftigen möchtet, dann sind unsere Spezialkurse genau das Richtige für euch.

SO GEHT TANZSCHULE HEUTE

Ihr interessiert euch für mehrere Kurse oder wollt zeitlich flexibel bleiben? Kein Problem! Bei uns könnt ihr zum Tanzen kommen, wann und so oft ihr möchtet. Mit eurem Paartanz-Abo stehen euch alle Paartanzkurse in Garbsen, Neustadt und Wunstorf offen. Freut euch auf schöne Erlebnisse und entspannte Stunden zu zweit – im Kurs aber auch abseits der Tanzfläche. In unseren Locations mit angeschlossener Gastronomie wird euer Tanzkurs zum Freizeiterlebnis.

Hier findet ihr uns:

- 📍 **Garbsen (GA):** Havelser Str. 3 (Shopping Plaza)
- 📍 **Neustadt (NRÜ):** Marktstr. 26–27 (Penthouse Neustadt)
- 📍 **Wunstorf (WU):** Hindenburgstr. 56 (Wunstorfer Festsaal)

So erreicht ihr uns:

- ☎ 05131 49 100
- 🕒 Montag–Freitag:
9–12 und 14–19 Uhr

PROBE-WORKSHOPS

Wir bieten regelmäßig Probe-Workshops an, bei denen ihr uns unverbindlich kennenlernen könnt. Die Teilnahme ist ohne Vorkenntnisse möglich und kostet 15,- € pro Person.

Das sind die nächsten Termine:

Samstag, 10.10.2020 | 18–20 Uhr | Neustadt
Samstag, 07.11.2020 | 18–20 Uhr | Garbsen

JETZT ANMELDEN: WWW.KRESSLER.DE/VERANSTALTUNGEN

AUF EINEN BLICK



WIE LANG GEHT'S?

Jede Kurseinheit dauert 80 Minuten, inklusive einer kurzen Pause.



WANN GEHT'S LOS?

Beim Gesellschaftstanzen (Standard & Latein) ist der Einstieg fast jeden Monat möglich. Die Spezialkurse beginnen alle 3 Monate.



PERFEKTER EINSTIEG

In den Grundstufen beginnen wir ganz von vorne. Der Einstieg zu den genannten Terminen ist ohne Vorkenntnisse möglich.



EINFACH & FLEXIBEL

Ihr könnt alle Paartanzkurse in Garbsen, Neustadt und Wunstorf nutzen und tanzen gehen, wann und so oft ihr möchtet.



BESONDERES LERNERLEBNIS

Bei uns unterrichten ausschließlich ausgebildete ADTV-Tanzlehrer, die immer eine geschulte Assistenz haben.



QUALITY TIME

Freut euch auf genussvolle Pausen mit netten Menschen und macht es euch nach dem Unterricht an der Bar gemütlich.



KOSTENLOSE PARTYS

Mit eurem Paartanzabo habt ihr freien Eintritt zu unseren wöchentlichen Tanzpartys und dem Tanzpalast.



PREIS (PRO PERSON)

12 Monate: 49,- € mtl.
6 Monate: 54,- € mtl.
3 Monate: 59,- € mtl.

GESELLSCHAFTSTANZEN

(STANDARD & LATEIN, WELTTANZPROGRAMM)

GRUNDSTUFE

So.	15:15 Uhr	NRÜ
→ Einstieg: 25.10. 22.11.		
So.	16:30 Uhr	GA
→ Einstieg: 25.10. 22.11.		
Mo.	20:20 Uhr	WU
→ Einstieg: 26.10. 23.11.		
Di.	19:00 Uhr	NRÜ
→ Einstieg: 27.10. 24.11.		
Di.	19:20 Uhr	GA
→ Einstieg: 27.10. 24.11.		
Mi.	19:00 Uhr	WU
→ Einstieg: 28.10. 25.11.		
Mi.	20:20 Uhr	GA
→ Einstieg: 28.10. 25.11.		
Do.	19:00 Uhr	NRÜ
→ Einstieg: 29.10. 26.11.		
Fr.	18:45 Uhr	NRÜ
→ Einstieg: 30.10. 27.11.		
Fr.	19:00 Uhr	GA
→ Einstieg: 30.10. 27.11.		

MEDAILLENSTUFE 1

So.	15:15 Uhr	NRÜ
So.	18:00 Uhr	GA
Di.	19:20 Uhr	GA
Di.	20:20 Uhr	NRÜ
Mi.	20:20 Uhr	GA
Do.	20:40 Uhr	NRÜ
Fr.	18:45 Uhr	NRÜ
Fr.	19:20 Uhr	GA

MEDAILLENSTUFE 2

So.	16:45 Uhr	NRÜ
So.	17:45 Uhr	GA
Mi.	19:00 Uhr	GA
Fr.	19:15 Uhr	GA

TANZKREIS

So.	16:20 Uhr	GA
So.	16:45 Uhr	NRÜ
So.	18:20 Uhr	NRÜ
So.	19:15 Uhr	GA
Mo.	19:15 Uhr	GA
Di.	19:00 Uhr	NRÜ
Mi.	19:20 Uhr	GA
Do.	19:15 Uhr	NRÜ
Fr.	19:15 Uhr	GA

Einstieg in allen Gruppen
jederzeit möglich (außer
Grundstufe).

FORTGESCHRITTENE

So.	15:15 Uhr	NRÜ
So.	16:30 Uhr	GA
Di.	19:20 Uhr	GA
Di.	20:20 Uhr	NRÜ
Do.	20:20 Uhr	NRÜ
Fr.	20:15 Uhr	NRÜ
Fr.	20:30 Uhr	GA



DER STIMMUNGSVOLLE TANZABEND

Samstag, 10.10. (NRÜ) und 07.11.2020 (GA)
je 20:00–23:00 Uhr, für Mitglieder gratis



DER TANZ- & ÜBUNGSABEND IN GARBSSEN

Jeden Freitag, 20:45 Uhr, für Mitglieder gratis



DIE TANZ- & COCKTAILPARTY IN NEUSTADT

Jeden Mittwoch, 19:30 Uhr, für Mitglieder gratis

Mit wechselnden Themen:

1. Mittwoch im Monat: **LATINO NIGHT**
2. Mi.: **DISCOFOX-PARTY**
3. Mi.: **BOOGIE-PARTY**
4. Mi.: **WEST COAST SWING**
5. Mi.: **SONDERTHEMEN**

JETZT ANMELDEN: WWW.KRESSLER.DE

Habt ihr noch Fragen?
Wir beraten euch gerne: 05131 49 100

SPEZIALKURSE

SALSA | LATINO

GRUNDSTUFE

So.	16:30 Uhr	GA
→ Einstieg: 17.01.2021		
So.	19:45 Uhr	NRÜ
→ Einstieg: 17.01.2021		
Di.	20:45 Uhr	GA
→ Einstieg: 19.01.2021		
Mi.	19:15 Uhr	NRÜ
→ Einstieg: 20.01.2021		

FORTGESCHRITTENE

So.	15:00 Uhr	GA
So.	19:45 Uhr	NRÜ
Di.	20:45 Uhr	GA
Mi.	20:40 Uhr	NRÜ

CRACKS

Fr.	20:15 Uhr	NRÜ
------------	------------------	------------

BOOGIE | SWING

GRUNDSTUFE

So.	15:00 Uhr	GA
→ Einstieg: 25.10.2020		
So.	16:45 Uhr	NRÜ
→ Einstieg: 25.10.2020		
Do.	20:30 Uhr	WU
→ Einstieg: 29.10.2020		
Do.	20:45 Uhr	GA
→ Einstieg: 29.10.2020		

FORTGESCHRITTENE

So.	15:00 Uhr	GA
So.	19:45 Uhr	NRÜ

CRACKS

So.	19:30 Uhr	GA
------------	------------------	-----------

WEST COAST SWING

GRUNDSTUFE

So.	13:45 Uhr	NRÜ
→ Einstieg: 17.01.2021		
So.	19:30 Uhr	GA
→ Einstieg: 17.01.2021		
Di.	20:45 Uhr	GA
→ Einstieg: 19.01.2021		

FORTGESCHRITTENE

So.	13:45 Uhr	NRÜ
Mo.	20:40 Uhr	GA

TANGO ARGENTINO

GRUNDSTUFE

So.	18:00 Uhr	GA
→ Einstieg: 25.10.2020		
Mi.	20:30 Uhr	WU
→ Einstieg: 28.10.2020		

CRACKS

Mo.	19:45 Uhr	NRÜ
------------	------------------	------------

Einstieg in allen Gruppen
jederzeit möglich (außer
Grundstufe).

TANZEN & FITNESS OHNE PARTNER



Lebe deine Leidenschaft!

Wir bringen dich in Bewegung – an sieben Tagen in der Woche! Egal ob du tanzen oder dich fit halten möchtest: Mit unserem Einzeltanz- und Fitnessabo kannst du dir dein individuelles Programm ganz nach deinen Wünschen zusammenstellen.

LINE DANCE

Wenn Musik und Bewegung ein wichtiger Teil deines Lebens sind, kannst du deiner Leidenschaft auch ohne Partner nachgehen. Komm einfach in eine unserer Line-Dance-Gruppen und tanze „solo“ – aber nicht allein!

Jeder Line Dance hat eine festgelegte Schrittfolge, die in der Regel schnell zu erlernen ist. Die musikalische Bandbreite reicht von Country, Irish und Rock bis hin zu Pop und aktuellen Chart-Hits.



GRUPPENFITNESS

Wir bieten dir 23 Fitnesskursen pro Woche, bei denen für jedes Trainingsziel etwas dabei ist. Dich erwartet eine herzliche Atmosphäre, die dich zu Höchstleistungen motiviert.

Wir stehen für ein ganzheitliches und gesundheitsorientiertes Training, bei dem du deinem Körper wirklich etwas Gutes tust. Probiere es aus und lass dich von unseren Fitnessexperten begeistern! Du wirst sehen: So macht Schwitzen Spaß!

MOVITA®

Eine besondere Mischung aus Tanzen und Fitness bietet das MOVITA®-Konzept, das speziell für Frauen im besten Alter entwickelt wurde. Dabei handelt es sich um ein gesundheitsorientiertes Training mit Lifestyle-Charakter.

Du trainierst deine Beweglichkeit, Balance, Kraft und Ausdauer und verbesserst gleichzeitig deine mentale Vitalität. Im Mittelpunkt stehen dabei immer die Geselligkeit und die Freude an Musik und Tanz.



Hier findet ihr uns:

- Garbsen (GA):** Havelser Str. 3 (Shopping Plaza)
- Neustadt (NRÜ):** Marktstr. 26–27 (Penthouse Neustadt)

So erreicht ihr uns:

- 05131 49 100
- Mo.–Fr.: 9–12 u. 14–19 Uhr

AUF EINEN BLICK



WIE LANG GEHT'S?

Line Dance und MOVITA® dauern jeweils 60 Minuten, Fitnesskurse zwischen 45 und 60 Minuten.



WANN GEHT'S LOS?

In unseren Fitnesskursen kannst du jederzeit loslegen. Für MOVITA® und Line Dance gibt es alle 1 bis 2 Monate neue Starttermine.



EINFACH & FLEXIBEL

Mit deinem Abo kannst du flexibel alle MOVITA®-Kurse, Line-Dance-Gruppen und Fitnesskurse besuchen.



PROFESSIONELLE TRAINER

Du trainierst bei speziell ausgebildeten Tanzlehrern und lizenzierten Fitness-Trainern, die sich regelmäßig fortbilden.



PERFEKTE BEDINGUNGEN

Alle Kurse finden in geräumigen Sälen mit großem Spiegel, moderner Technik und Klimaanlage statt.



WOHLFÜHL-ATMOSPHÄRE

Erlebe das motivierende Miteinander in unseren Kursen. Wir legen Wert auf Geselligkeit und eine entspannte Wohlfühl-Atmosphäre.



FAIRES ABOMODELL

Du entscheidest selbst, wie oft pro Woche du kommen möchtest, und hast die Wahl zwischen drei Laufzeiten.



PREIS

1x pro Woche: ab 31,60 € mtl.
2x pro Woche: ab 43,60 € mtl.
3x pro Woche: ab 55,60 € mtl.
Unbegrenzt: ab 59,60 € mtl.

EINSTEIGER

Montag 18:00 Uhr NRÜ
 ↳ Probemonat ab 26.10. | 23.11.

Dienstag 18:30 Uhr NRÜ
 ↳ Probemonat ab 27.10. | 24.11.

Donnerstag 19:45 Uhr GA
 ↳ Probemonat ab 29.10. | 26.11.

CRACKS

Donnerstag 21.00 Uhr GA

*Dies ist die Gruppe für
 erfahrene Line Dancer!
 Ein Einstieg ist jederzeit
 möglich.*

DU MÖCHTEST AUSPROBIEREN, OB LINE DANCE ETWAS FÜR DICH IST?

In den Einsteiger-Gruppen gibt es zu den
 genannten Terminen die Möglichkeit, einen Probemonat
 zum Schnupperpreis von 44,- € zu buchen.

**JETZT ANMELDEN:
 WWW.KRESSLER.DE**

*Hast du noch Fragen?
 Wir beraten dich gerne: 05131 49 100*

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 FUNCTIONAL POWER 55 min	09:00 FITNESS 60+ 55 min	09:00 INA'S FITNESS MIX 55 min	09:00 ZUMBA® 50 min	09:00 FITNESS 60+ 55 min	10:30 LES MILLS BODYPUMP® 55 min	10:30 LES MILLS BODYATTACK® 55 min
10:00 LES MILLS BODY- BALANCE® 55 min	10:00 FITNESS 60+ 55 min	10:00 PILATES 55 min	10:00 LES MILLS BODYPUMP® 55 min	10:00 LES MILLS BODY- BALANCE® 55 min	11:45 ZUMBA® 50 min	11:30 YOGA 60 min
17:30 BAUCH BEINE PO 50 min	17:40 RÜCKENFIT 45 min	17:30 LES MILLS BODYATTACK® 45 min	17:15 PILOXING® 55 min	 Alle Fitness- Gruppen finden in Garbsen statt!	12:45 LES MILLS BODY- BALANCE® 55 min	 Mit deinem Einzeltanz- und Fitness- Abo kannst du auch an allen Open Classes der neuen Dance & Fit- ness Academy teilnehmen.
18:30 LATIN DANCE WORKOUT 50 min	18:30 INA'S FITNESS MIX 45 min	18:20 LES MILLS BODY- BALANCE® 45 min	18:15 LES MILLS BODY- BALANCE® 55 min			

LERNE UNS UNVERBINDLICH KENNEN!

Probestunde: 10,- € (1 Stunde nach Wahl) · **Probe-Abo: 20,- €** (3 Stunden nach Wahl)
 Diese Probeangebote können einmalig direkt bei uns vor Ort gebucht werden.

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
GARBSEN		13:45 UHR	10:00 UHR	10:00 UHR ★ <i>Probemonat ab 05.11.</i>	10:00 UHR ★ <i>Probemonat ab 06.11.</i>
	14:00 UHR ★ <i>Probemonat ab 02.11.</i>	17:15 UHR	16:45 UHR ★ <i>Probemonat ab 04.11.</i>	11:15 UHR	
NEUSTADT				10:00 UHR	
	17:00 UHR ★ <i>Probemonat ab 02.11.</i>	17:30 UHR ★ <i>Probemonat ab 03.11.</i>	14:30 UHR	13:45 UHR ★ <i>Probemonat ab 05.11.</i>	

DU MÖCHTEST MOVITA® GERNE AUSPROBIEREN?

In den mit ★ markierten Gruppen gibt es zu den genannten Terminen die Möglichkeit,
 einen Probemonat zum Schnupperpreis von 44,- € zu buchen.

TANZKURSE FÜR JUGENDLICHE



Der Tanzkurs deines Lebens

Erlebe deinen großen Premierenball, mach dein Gesellschaftszertifikat und tanz dich durch die Medaillenstufen. In unseren Schülergruppen lernst du alle wichtigen Tänze, machst Party mit deinen Freunden und erlebst die beste Zeit deines Lebens!

DAS ERWARTET DICH

Im Schülerkurs lernst du alle wichtigen Tänze, die du brauchst, um bei jedem Anlass eine gute Figur zu machen. Du lernst coole Trendtänze wie Salsa und Discofox, aber auch Klassiker wie Walzer, Rumba und Cha Cha Cha. In der Grundstufe beginnen wir dabei ganz von vorne – du brauchst also keinerlei Vorkenntnisse.

Wenn du schon weißt, mit wem du tanzen möchtest, könnt ihr euch gerne zusammen anmelden. Wenn nicht, ist das aber auch kein Problem. In der Grundstufe werden die Partner regelmäßig gewechselt und du lernst viele neue Leute kennen. Deine*n Ballpartner*in findest du im Tanzkurs.



PREMIERENBALL & DIPLOM

Nach 15 Wochen im Tanzkurs erwartet dich mit dem Premierenball dann das erste große Highlight! Hier erlebst du alles, was zu einem richtigen Ball dazugehört – vom Einmarsch im Ballkleid bzw. Anzug über die Wiener-Walzer-Formation bis zur anschließenden Party.

Danach geht es mit dem Bronzediplom weiter und du besuchst unser Seminar für moderne Umgangsformen. Nach erfolgreicher Teilnahme erhältst du das ADTV-Gesellschaftszertifikat, das sich gut in jeder Bewerbungsmappe macht.

UND SONST SO

Während deiner Tanzkurszeit kannst du dich auf coole Partys in unseren Locations in Garbsen und Neustadt freuen. Neben der exklusiven K-Lounge, die nur für Kressler-Mitglieder ist, gibt es regelmäßig Motto-Partys und Aktionen.

AUF EINEN BLICK



STARTE DURCH

Wenn du zwischen 14 und 16 Jahre alt bist, hast du das perfekte Alter, um dich für die Grundstufe anzumelden.



ALLEINE ANMELDEN

In der Grundstufe werden die Partner regelmäßig gewechselt – deine*n Ballpartner*in findest du im Kurs.



WIE LANG GEHT'S?

Jede Kurseinheit dauert 75 Minuten, inklusive einer kurzen Pause. Nach der 15-wöchigen Grundstufe geht's im Bronze-Level weiter.



DEIN DEBÜT

Mach dich schick und erlebe deinen großen Premierenball. Diesen Abend wirst du nie vergessen!



VOLL FLEXIBEL

In den Medaillenstufen (Bronze bis Gold Star) kannst du in all unseren Gruppen tanzen – in Garbsen, Neustadt und Wunstorf.



GESELLSCHAFTLICHE REIFE

Während deiner Tanzkurszeit besuchst du unser Seminar für moderne Umgangsformen und erhältst das ADTV-Gesellschaftszertifikat.



PARTYTIME

Freu dich auf die K-Lounge, das Summer Splash Festival und viele andere Events. Unsere Jugend-Partys sind legendär!



PREIS (PRO PERSON)

Grundstufe: 5x 49,- €
inklusive Umgangsformen-seminar, Premierenball und Elterntanzstunde
Medaillenstufen: 49,- € mtl.



GARBSEN

ab Sonntag	01.11.2020	13:45 Uhr
ab Montag	02.11.2020	16:30 Uhr
ab Montag	02.11.2020	17:50 Uhr
ab Dienstag	03.11.2020	18:00 Uhr
ab Freitag	06.11.2020	16:30 Uhr
ab Freitag	06.11.2020	17:45 Uhr

📍 Havelser Straße 3
(Shopping Plaza)

WUNSTORF

ab Montag	02.11.2020	16:15 Uhr
ab Mittwoch	04.11.2020	17:30 Uhr
ab Donnerstag	05.11.2020	17:30 Uhr

📍 Hindenburgstraße 56
(Wunstorfer Festsaal)

NEUSTADT

ab Dienstag	03.11.2020	16:15 Uhr
ab Freitag	06.11.2020	14:45 Uhr

📍 Marktstraße 26-27
(Penthouse Neustadt)



DU KANNST BEREITS TANZEN?

Dann findest du auf unserer Website mehr als 20 Medaillen-Gruppen für Fortgeschrittene.

JETZT ANMELDEN: WWW.KRESSLER.DE

Hast du noch Fragen?
Wir beraten dich gerne: 05131 49 100

TANZEN FÜR KINDER



Mit Spiel und Spaß gesund und schlau!

Tanz, Spiel und Spaß: Von Montag bis Freitag geht in unseren Tanzgruppen für Kinder die Post ab. Lass dich von unserer langjährigen Erfahrung begeistern und gib deinem Kind die wunderbare Chance, mit viel Freude und Abwechslung seine Beweglichkeit, Koordination, Rhythmik und Kreativität zu verbessern.

GESUNDES HOBBY

Beim Tanzen trainiert dein Kind auf spielerische Weise wichtige motorische Fähigkeiten und wird gezielt in seiner Entwicklung gefördert. Weil Bewegung hier mit Musik, Singen und Gemeinschaft zusammenkommt, werden alle Teile des Gehirns gleichzeitig angesprochen.

Neben den tänzerischen Inhalten vermitteln unsere ausgebildeten ADTV-Kindertanzlehrer mithilfe von Gruppenritualen und Spielen auch wichtige soziale Fähigkeiten, die in Zeiten von Internet und Smartphone häufig unterentwickelt bleiben.

KLEINE GANZ GROSS

Eines ist uns ganz wichtig: In unseren Kindertanzgruppen geht es nicht um „höher, schneller, weiter“, sondern um den Spaß an Musik und Bewegung! Jedes Kind ist willkommen und jedes Kind kann mitmachen – egal wie groß oder klein, dick oder dünn, laut oder schüchtern es ist.

Zu unserer Philosophie gehört es auch, dass wir den Kindern immer wieder Ziele geben, auf die sie hinarbeiten. Das können kleine Auftritte sein, das jährliche Kindertanz-Diplom oder große Bühnenshows. Hier wächst dein Kind über sich hinaus und entwickelt ein gesundes Selbstvertrauen.

*Tanzunterricht,
Spiele und Animation
mit einem ADTV-Tanzlehrer*

*Getränke, Knabberereien
und Partyatmosphäre*

*Bis zu 15 Kinder
im Alter von 3 bis 14 Jahren
(jedes weitere Kind 10,- €)*

*60 Minuten: 129,- €
90 Minuten: 159,- €
120 Minuten: 189,- €*

HAPPY BIRTHDANCE!

Spiel, Spaß und jede Menge Tanz:
Wir machen deine Geburtstagsparty
zu einem ganz besonderen Erlebnis.
Egal ob Kindertanz, Hip Hop oder Disco
Dance – du allein bestimmst das
Programm! Unsere Tanzlehrer bringen
dich und deine Gäste in Bewegung. Deine
Eltern müssen sich um nichts kümmern!



Jetzt Wunschtermin anfragen: kressler.de/kindergeburtstag

AUF EINEN BLICK



WIE LANG GEHT'S?

Jede Unterrichtseinheit dauert 60 Minuten.



WANN GEHT'S LOS?

Der Einstieg in unseren Kindertanzgruppen ist jederzeit möglich.



KOSTENLOS AUSPROBIEREN

Wir wollen, dass dein Kind sich in seiner Gruppe wohlfühlt. Deshalb darf es vor der Anmeldung zweimal kostenlos schnuppern.



QUALIFIZIERTE FACHTANZLEHRER

Bei uns unterrichten ausschließlich ausgebildete ADTV-Kindertanzlehrer, die zusätzlich immer eine Assistenz haben.



PERFEKTE BEDINGUNGEN

Alle Kurse finden in geräumigen und sauberen Sälen mit einem großem Spiegel statt.



ZEIT FÜR DICH

Während der Tanzstunde kannst du es dir mit einer Zeitschrift und einem Kaffee in unserem Barbereich gemütlich machen.



BESONDERE MOMENTE

Liebvolle Veranstaltungen, Auftritte und große Bühnenshows: An diese Erlebnisse wird sich dein Kind ein Leben lang erinnern!



PREIS (PRO PERSON)

6 Monate: ab 35,60 € mtl.
12 Monate: ab 31,60 € mtl.

KINDERTANZEN

FÜR 3- BIS 8-JÄHRIGE

Montag	15:45 Uhr	3-4 J.	NRÜ
Dienstag	16:20 Uhr	3-4 J.	NRÜ
Mittwoch	16:30 Uhr	3-4 J.	GA
Donnerstag	15:15 Uhr	3-4 J.	GA
Mittwoch	15:30 Uhr	4-5 J.	GA
Donnerstag	15:00 Uhr	4-5 J.	GA
Donnerstag	16:15 Uhr	4-5 J.	NRÜ
Freitag	14:30 Uhr	4-5 J.	GA
Freitag	14:30 Uhr	4-5 J.	NRÜ
Dienstag	15:00 Uhr	6-7 J.	GA
Dienstag	16:20 Uhr	6-7 J.	NRÜ
Donnerstag	15:15 Uhr	6-7 J.	NRÜ
Freitag	14:45 Uhr	6-7 J.	GA
Dienstag	16:00 Uhr	7-8 J.	GA

STREETDANCE FÜR KIDS

FÜR 8- BIS 13-JÄHRIGE

Hip Hop

Dienstag	15:30 Uhr	ab 7 J.	GA
Montag	16:30 Uhr	ab 9 J.	GA
Dienstag	16:30 Uhr	ab 10 J.	GA
Donnerstag	16:15 Uhr	ab 10 J.	GA

Disco Dance

Mittwoch	16:15 Uhr	ab 8 J.	GA
Donnerstag	17:15 Uhr	ab 8 J.	GA

Breakdance

Montag	15:30 Uhr	ab 8 J.	GA
Mittwoch	18:00 Uhr	ab 10 J.	NRÜ

JETZT KOSTENLOSE

PROBESTUNDE VEREINBAREN:

05131 49 100 ODER

WWW.KRESSLER.DE

DANCE4KIDS

FÜR 8- BIS 13-JÄHRIGE

Montag	15:15 Uhr	7-9 J.	GA
Donnerstag	15:15 Uhr	8-9 J.	GA
Dienstag	15:15 Uhr	9-10 J.	NRÜ
Dienstag	16:00 Uhr	9-10 J.	GA
Donnerstag	16:15 Uhr	9-11 J.	GA
Freitag	14:30 Uhr	10-11 J.	GA
Donnerstag	16:15 Uhr	10-12 J.	GA



Hier findest du uns:

Garbsen (GA):
Havelser Straße 3
(Shopping Plaza)

Neustadt (NRÜ):
Marktstraße 26-27
(Penthouse Neustadt)

KURSE

FITDANKBABY

Fitness für dich, Spaß für dein Baby: Dieses wundervolle Fitnesskonzept richtet sich gezielt an Frauen nach der Schwangerschaft. Dein Baby ist immer dabei!

Mini (3-8 Monate)

ab Montag	16.11.2020	09:15 Uhr	NRÜ
ab Dienstag	17.11.2020	10:45 Uhr	NRÜ
ab Mittwoch	18.11.2020	09:15 Uhr	GA
ab Freitag	20.11.2020	10:45 Uhr	GA

je Kurs 8x 75 Minuten: 118,- €

Maxi (8-13 Monate)

ab Montag	16.11.2020	10:45 Uhr	NRÜ
ab Dienstag	17.11.2020	09:30 Uhr	NRÜ
ab Mittwoch	18.11.2020	10:45 Uhr	GA
ab Freitag	20.11.2020	09:30 Uhr	GA

je Kurs 8x 60 Minuten: 118,- €

WINDELFLITZER

FÜR 2- BIS 3-JÄHRIGE

In den Windelflitzer-Kursen entdeckt dein Kind zusammen mit dir schon früh den Spaß an Bewegung. Ein schöneres gemeinsames Hobby gibt es nicht!

Montag	16.11.2020	15:15 Uhr	GA
Dienstag	17.11.2020	15:15 Uhr	NRÜ
Mittwoch	18.11.2020	15:15 Uhr	GA
Donnerstag	19.11.2020	15:15 Uhr	NRÜ

je Kurs 8x 60 Minuten: 118,- € pro Eltern-Kind-Paar

JETZT ANMELDEN:
WWW.KRESSLER.DE

Hast du noch Fragen?
Wir beraten dich gerne: 05131 49 100

*Tanzen & Fitness
neu definiert*

ACADEMY

BY KRESSLER

ALLE KURS-
TERMINE FÜR
GARBSEN &
HEUSTADT



OPEN CLASSES

Deine Ziele, deine Leidenschaft, dein Training!

Die Open Classes sind das Herzstück der Dance & Fitness Academy. Hier bekommst du das Beste aus beiden Welten und kannst dir deinen Trainingsplan individuell zusammenstellen – egal ob du auf der Suche nach dem perfekten Workout bist, deine tänzerischen Fähigkeiten verbessern oder einfach deiner Tanzleidenschaft nachgehen möchtest: Diesen Mix bekommst du nur bei uns!

BASICS & TRICKS

Tänzerisches Grundlagen-Training mit akrobatischen Elementen

BAUCH | BEINE | PO

Gezielte Kräftigung von Körpermitte und Beinen

LES MILLS **BODYATTACK**

Hochintensives Cardio-Training auf mitreißende Musik

LES MILLS **BODYBALANCE**

Yoga, Tai-Chi- und Pilates-Workout für Körper und Geist

LES MILLS **BODYPUMP**

Langhantel-Workout, bei dem alle Muskelgruppen trainiert werden

BURLESQUE

Lerne aufreizende Choreos und entdecke die Diva in dir!

CONTEMPORARY

Werde eins mit der Musik und lass Deinen Körper sprechen!

DANCEHALL FITNESS

Mitreißendes Tanz-Workout – speziell für Ladies!

elonga

Tänzerisches Ganzkörper-Training trifft auf Entspannung und Meditation

FEMALE DANCEHALL

Powervolle Choreographien für echte Powerfrauen

FUNCTIONAL POWER

Funktionales Kraft-Ausdauer-Training für den ganzen Körper

HIP HOP WORKOUT

Hochintensives Tanz-Workout mit verschiedenen Hip Hop Styles

INA'S FITNESS MIX

Vielseitiges Ausdauer- und Kräftigungstraining mit diversen Geräten

LADY STYLE

Heiße Choreographien mit Latin, Reggaeton und Female Hip Hop

LATIN DANCE WORKOUT

Lateinamerikanisches Tanz-Fitness-Workout

MODERN JAZZ

Zeitgenössischer Stilmix mit Bodenelementen

PILATES

Intensives Ganzkörpertraining in Wohlfühl-Atmosphäre

PILOXING

Pilates, Boxen und Tanz als effektives Workout

RÜCKENFIT

Perfekt für einen starken Rücken und eine stabile Wirbelsäule

SWEAT & DANCE

Energiegeladenes Dance-Workout – ein echter Kalorien-Killer

YOGA

Hatha Yoga – ausgleichend, erdend und zugleich kraftvoll und dynamisch

ZUMBA FITNESS

Tanzen und Fitness mit Gute-Laune-Garantie

*Alle Open Classes finden
in Garbsen statt.
Teilnahme ab 16 Jahren*

 **Garbsen:** Havelser Straße 3
(Shopping Plaza)

Dein Wochenplan

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 FUNCTIONAL POWER 55 min 		09:00 INA'S FITNESS MIX 55 min 	09:00 ZUMBA FITNESS 50 min 			
10:00 LES MILLS BODYBALANCE 55 min 		10:00 PILATES 55 min 	10:00 LES MILLS BODYPUMP 55 min 	10:00 LES MILLS BODYBALANCE 55 min 	10:30 LES MILLS BODYPUMP 55 min 	10:30 LES MILLS BODYATTACK 55 min 
17:30 BAUCH BEINE PO 50 min 	17:40 RÜCKENFIT 45 min 	17:30 LES MILLS BODYATTACK 45 min 	17:15 PILOXING 55 min 	17:45 SWEAT & DANCE 45 min 	11:45 ZUMBA FITNESS 50 min 	11:30 YOGA 60 min 
18:30 LATIN DANCE WORKOUT 50 min 	18:30 INA'S FITNESS MIX 45 min 	18:20 LES MILLS BODYBALANCE 45 min 	18:15 LES MILLS BODYBALANCE 55 min 	18:30 élonga 45 min 	12:45 LES MILLS BODYBALANCE 55 min 	
19:25 LADY STYLE 45 min 		19:10 BASICS & TRICKS 45 min 	19:15 MODERN JAZZ 45 min 	<i>Probiere es aus!</i> Lerne uns unverbindlich kennen. Probestunde: 10 € (1 Stunde nach Wahl) Probe-Abo: 20 € (3 Stunden nach Wahl) Diese Angebote können einmalig gebucht werden. Die Buchung erfolgt direkt bei uns vor Ort.		
20:15 HIP HOP WORKOUT 45 min 	20:20 SWEAT & DANCE 45 min 	20:00 CONTEMPORARY 45 min 	20:00 FEMALE DANCEHALL 45 min 			
		20:45 BURLESQUE 45 min 	20:45 DANCEHALL FITNESS 45 min 			



Kräftigung & Figur



Rücken & Gelenke



Dance



Body & Mind



Langhantel



Ausdauer & Kondition



Choreo



Ladies Only

Tanzen & Fitness – schon ab 7,90 € pro Woche!

Alle Preisinfos findest du auf der übernächsten Seite.



FESTE GRUPPEN

Bring dein Tanzen aufs nächste Level!

Lebe deine Tanzleidenschaft und spezialisiere dich auf einen oder mehrere Styles! In unseren festen Gruppen trainierst du jede Woche mit deinem Team und einem festen Trainer – je nach Level bereitest du dich hier auch auf Auftritte und Meisterschaften vor. In allen Gruppen erwartet dich zu Beginn ein mitreißendes Workout, sodass du nicht nur tänzerisch in Topform kommst.

HIP HOP

Das Lebensgefühl einer Generation! Verbessere deine Skills und feile mit unseren Trainern an deinem Style – egal ob Newstyle, Jamming oder Krumping.

Di.	15.30 Uhr	ab 7 J.	GA
Mo.	16.30 Uhr	ab 9 J.	GA
Di.	16.30 Uhr	ab 10 J.	GA
Do.	16.15 Uhr	ab 10 J.	GA
Mi.	16.45 Uhr	ab 12 J.	NRÜ
Do.	17.15 Uhr	ab 13 J.	GA
Mo.	18.00 Uhr	ab 14 J.	NRÜ
Mo.	18.30 Uhr	ab 15 J.	GA

Master Classes

Sa.	15.45 Uhr	ab 13 J.	GA
Mi.	15.30 Uhr	ab 12 J.	NRÜ

VIDEOCLIP DANCING

Tanzen wie die Stars auf Instagram, TikTok und YouTube: Hier lernst Du die Original-Choreographien zu den aktuellen Top-Hits der Charts.

Mo.	15.30 Uhr	ab 12 J.	GA
Mo.	16.30 Uhr	ab 13 J.	GA
Mi.	17.15 Uhr	ab 13 J.	GA
Fr.	15.30 Uhr	ab 13 J.	GA
Mi.	18.00 Uhr	ab 15 J.	NRÜ
Do.	16.15 Uhr	ab 15 J.	GA
Do.	17.15 Uhr	ab 15 J.	NRÜ
Mi.	20.45 Uhr	ab 18 J.	GA

Master Class

Mo.	20.00 Uhr	ab 16 J.	NRÜ
-----	-----------	----------	-----

DISCO DANCE

Schnelle Beats und perfekte Koordination: Komm in Deutschlands erfolgreichste Disco-Dance-Tanzschule und trainiere bei den Trainern unserer Wettkampfgruppen.

Mi.	16.15 Uhr	ab 8 J.	GA
Do.	17.15 Uhr	ab 8 J.	GA
Mi.	18.15 Uhr	ab 13 J.	GA
Fr.	16.30 Uhr	ab 13 J.	NRÜ
Di.	19.20 Uhr	ab 14 J.	GA
Do.	18.15 Uhr	ab 15 J.	GA

Master Class

Mo.	19.30 Uhr	ab 12 J.	GA
-----	-----------	----------	----

CONTEMPORARY

Werde eins mit der Musik und lass deinen Körper sprechen. Contemporary ist der Tanz der ganz großen Emotionen.

Di.	18.15 Uhr	ab 12 J.	GA
Fr.	17.30 Uhr	ab 12 J.	NRÜ
Mo.	18.45 Uhr	ab 15 J.	GA
Mo.	19.45 Uhr	ab 16 J.	GA

K-POP

Entdecke den Megatrend aus Korea: K-Pop ist pures Tanzvergnügen – abwechslungsreich, bunt und irgendwie verrückt.

Di.	16.30 Uhr	ab 12 J.	GA
Mo.	17.30 Uhr	ab 13 J.	GA
Mo.	19.00 Uhr	ab 13 J.	NRÜ
Do.	18.15 Uhr	ab 14 J.	NRÜ

BREAKDANCE

Vom Straßentanz zur offiziellen Olympia-Disziplin: Breakdance ist eine Mischung aus schnellen Schrittkombinationen und akrobatischen Powermoves.

Mo.	15.30 Uhr	GA
Mi.	18.00 Uhr	NRÜ

je Gruppe:
9x 60 Minuten pro Quartal

je Masterclass:
9x 90 Minuten pro Quartal

Einstieg jederzeit möglich

Unsere festen Gruppen finden immer während der Schulzeit statt.

Garbsen (GA):
Havelser Straße 3
Shopping Plaza

Neustadt (NRÜ):
Marktstraße 26-27
Penthouse Neustadt

*Vereinbare jetzt
dein kostenloses
Probetraining!*

Unsere Trainer finden mit dir
die passende Gruppe.

Unsere Preise

Einfach. Flexibel. Fair.

Unsere Preise sind ganz einfach. Sie ergeben sich aus deiner Kursanzahl und deiner Vertragslaufzeit. So findest du heraus, wie viele Kurseinheiten pro Woche du benötigst:

1

Wenn du dich für unsere **OPEN CLASSES** interessierst, ist es ganz einfach: Entscheide dich, wie oft du pro Woche trainieren möchtest. Mit deinem Mitglieds-Armband kannst du deine Einheiten dann jede Woche flexibel einsetzen.

2

Bei **FESTEN GRUPPEN** trainierst du – wie der Name schon sagt – jede Woche zur gleichen Zeit in deinem festen Team. Hast du eine Gruppe oder mehrere? Du benötigst für jede Gruppe eine Einheit pro Woche (Masterclass = 2 Einheiten).

3

Wenn du möchtest, kannst du bis zu drei **FESTE GRUPPEN MIT UNSEREN OPEN CLASSES KOMBINIEREN**. Wenn du mehr Einheiten buchst, als du für deine festen Gruppen benötigst, stehen dir diese flexibel zur Verfügung.

4

Du kannst deine **EINHEITEN 1X PRO MONAT NEU AUFTEILEN** und z. B. feste Gruppen in flexible Einheiten umwandeln. Melde dich dazu einfach bei uns am Empfang.

Wochenpreise	Laufzeit		
	12 Monate	6 Monate	3 Monate
Single 1x pro Woche	7,90 € entspricht 31,60 € pro Monat	8,90 € entspricht 35,60 € pro Monat	9,90 € entspricht 39,60 € pro Monat
Basic 2x pro Woche	10,90 € entspricht 43,60 € pro Monat	11,90 € entspricht 47,60 € pro Monat	12,90 € entspricht 51,60 € pro Monat
Standard 3x pro Woche	13,90 € entspricht 55,60 € pro Monat	14,90 € entspricht 59,60 € pro Monat	15,90 € entspricht 63,60 € pro Monat
Unlimited Unbegrenzt	14,90 € entspricht 59,60 € pro Monat	15,90 € entspricht 63,60 € pro Monat	16,90 € entspricht 67,60 € pro Monat
Mehr Infos & Anmeldung: www.dfacademy.online			

Probiere es aus!

Du willst unser Angebot testen? Dies sind deine Möglichkeiten:

OPEN CLASSES

Probestunde*: 10 €

Probe-Abo*: 20 €
(3 Open Classes nach Wahl)

10er-Karte: 130 €

* Diese Angebote können einmalig gebucht werden.

FESTE GRUPPEN

Suche dir einfach eine passende Gruppe aus und **vereinbare eine kostenlose Probestunde**. Im Anschluss entscheidest du gemeinsam mit deinem Trainer, ob die Gruppe für dich geeignet ist.

Fragen? Antworten!

Hast du Fragen zu unseren Kursen oder Preisen?

Wir beraten Dich gerne persönlich:

05131 49 100