



> WORKSHOPS IN DEN OSTERFERIEN 2019 <

BALLETWORKSHOP & VARIATION - MITTWOCH 24.APRIL.2019
18.30-20.00 UHR - MIT YUNJIN SONG

- 1.) „Open exercise“: Stangenexercise, Mitte - Drehungen, Sprünge, Kombinationen
- 2.) Variation: Einstudierung der **Variation „5. Allegro non troppo“ aus Paquita.** Paquita ist ein Ballett in zwei Akten und drei Szenen, das von Joseph Mazilier zu Musik von Édouard Deldevez und Ludwig Minkus choreographiert wurde.

YOGA - DONNERSTAG 25.APRIL.2019, 18.00-19.30 UHR - MIT SARAH MAUS

Yoga - Osterspecial: Wir begeben uns auf die Suche nach versteckten Key Actions für die Ausführung der klassischen Asanas. Durch bestimmte Aktionen in den jeweiligen Asanas können verschiedene Schwerpunkte/ Intentionen gesetzt werden. Dies gibt die Möglichkeit, die eigene Praxis zu vertiefen und eigenständig den Fokus der jeweiligen Asana zu variieren. Freut Euch auch auf das ein oder andere Überraschungsei ...

*Der Workshop ist für Mitglieder der Ballettschule kostenfrei, (für Externe - 40,00 Euro)
Für Jugendliche & Erwachsene mit Vorkenntnissen geeignet!*