

Anmeldung „10 Wochen Akrobatik-Flow“ 26.02. - 04.06.2026

- Für:** Erwachsene, keine Vorerfahrung notwendig
- Zeit:** 2h, donnerstags 18:30 – 20:30 Uhr
- 10 Termine:** 26.02., 05.03., 12.03., 19.03., 16.04., 23.04., 30.04., 21.05., 28.05., 04.06.
- Wo:** Haus der Begegnung
Arno-Nitzsche-Straße 37
04277 Leipzig
- Kursleitung:** Tereza Kreim, Kontakt: hallo@terezakreim.de

Inhalte:

Der Kurs „10 Wochen Akrobatik-Flow“ ermöglicht dir einen spielerischen und soften Einstieg in die Akrobatik. Hier sind vielbewegte Personen genauso willkommen wie selbsternannte „Körperclowns“ die Lust auf Spaß, kreative Bewegung und ein verbessertes Körpergefühl haben.

In einer Gruppe von ca. 8-10 Personen lernst du verschiedene Akrobatik-Basics. Du lernst spielerisch grundlegende und weiterführende Techniken aus der Solo-, Partner-, Gruppen- und Tanzakrobatik. Dazu gehören zum Beispiel Partnerfiguren wie der Akrobatik-Stuhl, Animal Moves, Rollen, Kopf- und Handstand-Basics und einfache Menschenpyramiden. Aus diesen Elementen kreieren wir in Kleingruppen und als gemeinsame Gruppe einfache Bewegungsabfolgen und kleine choreografische Sequenzen.

Ich beginne jede Einheiten mit einem achtsamen und spielerischen Warm up. Anschließend steigen wir in den jeweiligen Akrobatik-Fokus ein. Danach kann sich jede*r Teilnehmer*in im freien Training weiter ausprobieren. Wir beenden unsere Einheiten mit einem Cool down und Entspannungsübungen.

Kursbeitrag, Zahlungsoptionen und Fälligkeit:

Early bird:	180,00 €	(bis einschließlich 29.01.)
Regular:	220,00 €	(30.01. - 25.02.)
Bring a friend:	195,00 € p.P.	(ab 30.01.)

Der Kursbeitrag ist nach Anmeldung innerhalb von 7 Tagen per Überweisung zu zahlen an: Tereza Kreim
IBAN: DE71 1001 8000 0246 4768 38
Betreff: Kurbeitrag 10 Wochen Akrobatik-Flow

Anmeldung für „10 Wochen Akrobatik-Flow“

Ich (Vorname, Nachname)

geboren am

melde mich hiermit verbindlich und kostenpflichtig zum Kurs an.

26.02. - 04.06.2026 (10 Termine)

.....

Kurszeitraum

.....

Kursbeitrag (Early bird/ Regular/ Bring a friend)

.....

Straße / Hausnummer / PLZ / Wohnort

.....

E-Mail / Telefonnummer (bitte als Kontaktmöglichkeit für Notfälle angeben)

Ich möchte die Kursgebühr (bitte ankreuzen):

- in 2 gleichen Raten bezahlen in Summe bezahlen

.....

Ort, Datum

Unterschrift

Bitte schick dein ausgefülltes Anmeldeformular als Scan oder Foto an:
hallo@terezakreim.de du erhältst danach noch eine Bestätigungsmail von mir.
Ich freu mich, dass du dabei bist!