



## Tanzen

### Beliebte Tänze für den Breitensport

Tanzen als Sport fördert Muskelaufbau, Motorik, Koordination und Gleichgewichtssinn. Das erfolgreiche Erlernen, Planen und Umsetzen komplexer Bewegungsabläufe bildet Selbstvertrauen und unterstützt ein gesundes Verhältnis zum eigenen Körper. Tanzen in der Gemeinschaft führt zu einer kooperativen Verbundenheit, die jung und alt, Menschen mit unterschiedliche körperlichen Fähigkeiten und verschiedene Kulturen zusammenführen kann.

In den folgenden Tanzrubriken finden Sie zu den angegebenen Tänzen:  
Tanzbeschreibungen, Demovideos, Lernvideos u.a.m.

Zur Auswahl des Tanzbereiches auf das BILD klicken!

## The Sixtees

## **The Fiftees**

**Disco- und Partytänze**

**Discofox**

## **Country Line Dance**

**Tanzbox**

Armenien

Balkan

[Deutschland](#)

[England](#)



Frankreich

Griechenland

[Israel](#)

[Mexico](#)

[Russland](#)

Türkei

USA

# Kreative Tanzerziehung

## **15 Tänze:**

Twist; La Bostella; Kasatschok; Letkiss; Memphis; Pata Pata; Madison; Hullygully; Alley Cat; Beat; Bus Stop; Mungo's Walk; Inkpot; Chicago City; Snoopy

**12 Tänze:**

Blue Suede Shoes, Wake up little Suzie. Ooby Dooby, Tequila, Patricia, Diana, Petite Fleur, Rockin´ Robin, Mexican Joe; Singing the Blues; Melodie d´amour; Butterfly

**13 Tänze:**

Mueve la Colita; Coco Jamboo; Jo Jo Action; Cumbia Semana; Happy; Macarena; Saturday Night Fever; Las Ketchup; Ententanz; Electric Boogie; Der MarathonMove; Moonwalk; Lassotanz

**Alle 16 Tanzfiguren**

Stufen I und II

mit Tanzbeschreibung und  
im Video

**7 Tänze:**

Electric Slide; Tumbleweed; Honky Tonk Fix; Archey Breaky; Tush Push; Cowboy Hustle; Bus Stop

**7 Tänze:**

Let´s twist again; Lambada; Jumping Jack Flash; Michael Jacksons Megamix; Fit Shake; I´m singing in the Rain; New York - New York

**3 Tänze:**

Sirdes; Garoon; Ambie Dagiets

**7 Tänze:**

Zajecarka, Pljeskavac Kolo, Savila Se Bela Loza, Biserka Bojarka, Promoroaca, Jocul de a Lungul, Mari Marijko

**6 Tänze:**

Zigeunerpolka; Topporzer Kreuzpolka; Triolett; Klapptanz; Siebenschritt; Kuckuckspolka

**9 Tänze:**

Childgrove; The Indian Queen; Blaydon Races; Virginia Reel; Fröhlicher Kreis; The Bridge of Athlone; Lucky Seven; Gathering Peascods; Dashing white Sergeant

**4 Tänze:**

La Chapelloise; Branle de Cosnay; Les Champs Élysées; Boulangère des Plainauds

**10 Tänze:**

Sirtaki; Pera Stus Pera Campus; Misirlou; Hasapikos; Nisiotikos Syrtos; Ta Dakria; Kritikos; Koftos; Zvaniara; Menousis

**13 Tänze:**

Od Lo Ahavti Dai; Od Yishama; Jossies Lied; Tzadik Katamar; Hora Hadera; Le ´Or Chiyuchech; Hora Agadati; Debka Kafrit; Jakobsleiter; Mayim Mayim; Hora Medura; Eretz Eretz; Chulu

**3 Tänze:**

La Raspa; La Cucharacha; Corrido

**3 Tänze:**

Troika; Pivna Jagoda; Warlenki

**3 Tänze:**

Ali Pasa; Damat Halayi; Konyali

**12 Tänze:**

Mannings Mixer, Good old Days; Oh Susanna; Alligator Rock; Tennessee Wig Walk; Amerikanische Promenade; Cotton eyed Joe; Salty Dog Rag; Bossa Nova; Teton Mountain Stomp; Pattycake Polka; Phrase Graze Mixer

Tanzen ist im Sportverein ein wesentlicher Bestandteil musisch-kultureller Jugendarbeit. Dabei spielen die Freude an der Bewegung, an Ausdrucksmöglichkeiten, an Kreativität sowie am Miteinander eine große Rolle. Methodische Wege, Stundenbeispiele u.a.m.