



**Bei Fragen** meldet euch bei

☎ Tel: 0421 42 54 71

✉ [ot@otbremen.de](mailto:ot@otbremen.de)

🌐 [www.otbremen.de](http://www.otbremen.de)

**Öffnungszeiten:**

Mo 16:00-18:30 Uhr

Do 16:00-18:30 Uhr

TSV Osterholz-Tenever e.V.  
Walliser Str. 119  
28325 Bremen



# Tanzen

bei OT Bremen



## Rhythmus-Entdecker

5 – 7 Jahre

Mo 16:00 – 17:00 Uhr | Mehrgenerationenhalle



In dieser Gruppe wird Spiel zu Tanz. Auf der Grundlage frühkindlicher Rhythmuserziehung begleite ich die Kinder dabei, ihre Körperwahrnehmung durch Hip-Hop und kreativen Tanz zu entdecken.

**Mit Bewegung, Musik und Koordinationsübungen aktivieren wir Körper und Geist** und führen die Kinder spielerisch und kreativ an die Sprache des Tanzes heran. Im Mittelpunkt steht dabei nicht Perfektion, sondern die Freude an der Bewegung und das Entdecken der eigenen Ausdrucksweise.

Ein Raum, in dem Fantasie in Bewegung kommt, der Körper gestärkt wird und Tanz zu Spiel, Freude und Lernen wird.

## Für die Großen: Urban Groove & Freestyle

8 – 10 Jahre

Mo 17:15 – 18:15 Uhr | Mehrgenerationenhalle

Fr 17:00 – 18:00 Uhr | Turnhalle GSO, Gymnastikraum

Diese Gruppe richtet sich an **Kinder, die durch Bewegung ihre eigene Ausdruckssprache entwickeln möchten**. Wir arbeiten mit den Grundlagen aus Hip-Hop und House Dance und legen den Fokus auf Koordination, Rhythmus, Kreativität und Groove.

**Neben dem Erlernen dynamischer Choreografien spielt Freestyle eine zentrale Rolle**. Er bietet den Kindern Raum, ihre Persönlichkeit auszudrücken, Selbstvertrauen aufzubauen und ihre eigene Körpersprache zu entdecken.

Wie in den traditionellen Kreisen des Urban Dance sind **Gemeinschaft, gegenseitige Unterstützung und Respekt** feste Bestandteile des Unterrichts. Dieser Kurs versteht Tanz als mehr als nur Bewegung: als einen Raum für freie Entfaltung, persönliche Entwicklung und das Entdecken einer Leidenschaft – ganz ohne Druck und auf die eigene Art.

