



## Herzlich Willkommen bei der Sektion Eistanz

des SV Felsenkeller Dresden e.V.

Unsere Abteilung Eistanz hat derzeit ca. 35 Mitglieder im Hobbybereich–Erwachsene. Wir trainieren in 2 Gruppen (mittags und abends) auf den Eisflächen der Joynext Arena in Dresden.

Unser Training ist darauf ausgerichtet, die Eistanz-Pflichttänze, die von der International Skating Union (ISU) vorgegeben sind und auch bei internationalen Wettkämpfen getanzt werden, zu erlernen. Ergänzt werden diese Tänze von sogenannten Movements, die man sich leicht aneignen kann und die vor allem Schritttechnik, Rhythmusgefühl sowie verschiedene Tanzhaltungen schulen.

Das Training erfolgt immer unter Anleitung und unter Nutzung der entsprechenden ISU-Spurenbilder für die einzelnen Tänze. Geübt wird dabei allein, als Paar oder in kleineren

Gruppen, wobei einzelne Schrittsequenzen nach und nach zum vollständigen Tanz zusammengesetzt werden. Ziel ist es, die Tänze als Paar zu laufen.

Eistanz ist eine Sportart, die die Koordination, das Gleichgewicht, gute Haltung und Körperwahrnehmung fördert.

In der Sommerzeit treffen wir uns alternativ zu Athletiktraining, Gymnastik und Inlineskaten

Wer sich auf Schlittschuhkufen bzw. Inlineskates wohlfühlt und dies mit Tanz verbinden möchte, ist bei und genau richtig. Während unserer Trainingszeiten ist immer ein Probetraining möglich.

In unserer Sportgruppe gibt es keine Altersbegrenzung.

„Glattes Eis, ein Paradies für den, der gut zu Tanzen weiß“