

*Kompetenz
In
Tanz
und
Gruppenleitung*

Lothringer Straße 36 b
D-44805 Bochum-Gerthe
02323-961 668
zentrumtanz@web.de
www.zentrumtanz.de

Curriculum

Grundlagen des Tanzes und der Tanzpädagogik

GTP 12

Berufsbegleitende Fortbildung

Tanz und Tanzpädagogik vielfältig erleben: Das persönliche Tanzjahr ausrufen, den eigenen tänzerischen Ausdruck erschließen oder vertiefen. Den Tanz mit allen Sinnen erfahren und eintauchen in die Eigenarten, Stile, Charaktere und Dynamiken von Tanz als Kunst und Ausdrucksform.

An wen richtet sich die Fortbildung?

Die "Grundlagen der Tanzpädagogik" richtet sich an bewegungsfreudige und bewegungserfahrene Menschen jeden Alters und Fitnessstandes, die an ihrer eigenen persönlichen Weiterentwicklung interessiert sind und sich intensiv tanzkünstlerisch fortbilden möchten. Sie erhalten neue Impulse und kreative Ansätze für den eigenen Beruf.

Welche Voraussetzungen bringen Sie mit?

- Sie sind mindestens 18 Jahre alt.
- Sie sind physisch und psychisch normal belastbar.

Wer sind die Dozentinnen und Dozenten?

- Ausbildungsleitung: Gabriela Jüttner, Michaela Koenen-Welles und das Akademierteam mit Annika Pott, Duke Wilburn, Lin Verleger, Eva Franz, Katrin Sturm, Victoria Romann und Yael Schweitzer (USA)

Was erwarten wir von Ihnen während der Fortbildung?

- Sie nehmen zusätzlich zu den Ausbildungswochenenden innerhalb der Akademie oder extern an einem Tanzkurs/Tanztraining Ihrer Wahl teil, um kontinuierlich an der eigenen tänzerischen Entwicklung „dranzubleiben“ (ca. 1x pro Woche).
- Sie arbeiten selbstverantwortlich in Bezug auf Ihre eigenen Weiterbildungsziele.

Was können Sie bei uns lernen?

- Sie lernen verschiedene Tanzrichtungen und -stile in Praxis und Theorie kennen.
- Sie erweitern Ihr eigenes Wahrnehmungs- und Bewegungsspektrum.
- Sie erfahren eine lebendige tanzpädagogische Arbeit für die eigene persönliche Entwicklung wie auch für Inspirationen und Impulse im eigenen Berufsfeld.
- Sie entwickeln Präsenz, individuellen Ausdruck und kreativ-künstlerische Kompetenzen.

Welche Inhalte werden in der Ausbildung vermittelt?

Tanzrichtungen / Tanzstile / Tanztechniken

- Tanzimprovisation und Performance
- Gestaltung / Choreografie
- Community Dance
- Zeitgenössischer Tanz / Contemporary Dance
- Afrikanischer Tanz und Körperausdruck
- Mettler-based Dance – schöpferischer Tanz nach Barbara Mettler
- Hip-Hop / Urbane Stile
- Kreistänze / Folklore
- Kreativ-künstlerischer Kindertanz

Grundlagen von Körper und Bewegung

- Grundlagen des Ki Song®
- Formen der Körperarbeit, Körperwahrnehmung sowie anatomische Zusammenhänge
- Verbindung von Bewegungs- und Persönlichkeitsentwicklung

Tanzgeschichte

- Entstehung und Entwicklung der unterschiedlichen Tanzrichtungen und -stile
- Bewegungskultur und Gesellschaft

Anwendungsfelder von Tanz, Tanzvermittlung, Tanzpädagogik

- Tanz in Bildung und sozialer Arbeit sowie im Freizeit- und Sportbereich
- Tanz im psychosozialen / medizinischen Bereich
- TanzKunst
- Tanz mit Kindern, Jugendlichen und Senioren

Was ist unser Vermittlungsansatz?

Unter Berücksichtigung der aktuellen Erkenntnisse der Lernforschung gestaltet sich das Lernen und Lehren der tanz- und bewegungspädagogischen Elemente künstlerisch, prozessorientiert und personenzentriert. Die Entwicklung des / der Einzelnen und der Gruppe stehen dabei im Vordergrund.

Neugier und Freude sind die Grundlage, denn der Weg entsteht im selber Tanzen!

Wie ist die Fortbildung anerkannt?

Wir sind eine förderungsanerkannte Ausbildungsstätte.

Weitere Informationen siehe Anhang.

Wie ist die Fortbildung zertifiziert?

Zum Abschluss der Basisstufe erhält jede/r Teilnehmende ein Zertifikat mit einer differenzierten Beschreibung der Fortbildungsinhalte.

Um das Zertifikat zu erhalten, müssen 80% der Ausbildungstage (4 Fehltage) besucht worden sein. Gefehlte Wochenenden können in der nächsten Grundlagenausbildung für den ermäßigten Satz von 140 € pro Wochenende nachgeholt werden.

Wie ist die Grundstufe strukturiert?

Die Grundstufe umfasst mind. 16 Ausbildungstage (ca. 120 Ustd.), unterteilt in

- 7 Wochenenden à 2 Tage (Samstag / Sonntag).
- 1 Online-Seminar.
- 1 Zertifikationstag.

Der Umfang des Selbststudiums beträgt ca. 72 Zeitstunden. Diese werden durch die Protokollführung während der Ausbildung, einem Referat (optional) und durch Teilnahmebescheinigungen der belegten Tanzkurse (Orientierung: ein 60 - 90 Min. Kurs pro Woche) nachgewiesen. Die Grundstufe kann nur als gesamte Einheit belegt werden.

Der Abschluss der Grundstufe ermöglicht nicht automatisch die Teilnahme an der Aufbaustufe.

Die Befähigung wird im Entscheidungsseminar der Aufbaustufe ermittelt bzw. im Vorfeld geklärt.

Was findet wann und wo statt?

Ort: Akademie für Tanzpädagogik Bochum

Zeiten:
samstags 10 – 17 Uhr und
sonntags 10 – 14:30 Uhr

Inhalte der Fortbildungswochenenden siehe [Anhang 1](#)

Termine der Fortbildungswochenenden:

Fortbildungsbeginn GTP12 Samstag, 21.03. 10 - 17 Uhr / Sonntag, 22.03.26, 10 – 13 Uhr

Das erste Wochenende dient zur Orientierung und Entscheidung

| **Kosten:** 149 EUR, (werden bei Anmeldung zur Fortbildung verrechnet)

1. Sa. 21. / So. 22.03.26, siehe Fortbildungsbeginn
2. Sa. 25.*¹) / So. 26.04.26 *¹) 10 – 15 Uhr Präsenz; 19 – 20:45 Uhr Online
3. Sa., 13.06. / So., 14.06.26*²)
4. Sa., 11.07. / So., 12.07.26
5. Sa., 12.09. / So., 13.09.26
6. Sa., 10.10. / So., 11.10.26
7. Sa., 07.11. / So., 08.11.26
8. Sa., 14.11. Abschluss und Zertifikation

Plus ein 2 bis 3-stündiger online Termin an einem Samstagabend. Termin folgt.

Plus

*²) So., 13.09.25, 16:45 Uhr – 18:15 Uhr Mittanzaktion "Bochumer Musiksommer"

Was kostet die Fortbildung?

Die Kosten der Grundstufe betragen insgesamt 1.668 Euro. Mögliche Zahlung in 12 Monatsraten á 139 €. Hinzu kommt die Anmeldegebühr von 85 Euro.

Die monatliche Fortbildungsgebühr wird von Ihnen per Dauerauftrag überwiesen (12 x 139 Euro). Bei Bezahlung des Gesamtbetrages zum Beginn der Fortbildung werden 5 % Rabatt (83,40) gewährt.

Wie melden Sie sich an?

Wenn Sie an der Fortbildung interessiert sind, sollte ein telefonisches oder persönliches Beratungsgespräch mit der Fortbildungsleitung Ihrer Anmeldung vorangehen.

Für Ihre Anmeldung benötigen wir:

- Ein kurzes Motivationsschreiben
- Ein Foto von Ihnen
- Einen kurzen Lebenslauf über Ihre persönliche Bewegungsentwicklung

Wo können Sie übernachten?

Fünf Gehminuten von der Akademie entfernt, gibt es eine Privatpension mit Ferienwohnungen.

- Maria Bödecker, Bethanienstr. 1, 44805 Bochum-Gerthe, 0234-867 21
- Jugendherberge Bochum, Humboldtstraße 59-63, 44787 Bochum, Tel. 0234-4175799-0
- bon marché hôtel Bochum, Cruismannstr. 39, 44807 Bochum-Riemke sehr günstig
- sonapart Appartements, Hofsteder Str. 29, 44791 Bochum, www.sonapart.de

Oder über

- airbnb

Wir freuen uns auf Sie.

Mit vielen TanzGrüßen Ihre

Gabriela Jüttner und das Ausbildungsteam

Anhang 1

Inhalte der Fortbildungswochenenden GTP12

WE 1 | Sa. 21.03.26, 10 – 17 Uhr / So. 22.03.26, 10 – 13 Uhr

Tanzimprovisation und Zeitgenössischer Tanz

Tanzen lacht das Leben an!

- Tanzimprovisation – auch nach Barbara Mettler – sowie ein Einblick in den Contemporary Dance
- Körperarbeit und Körperwahrnehmung mit Ki Song.
- Inhalte der Grundlagenfortbildung in Bewegung, Tanz und Austausch.
- Kennenlernen von Gruppe und Team

Dieses Wochenende kann und darf der Entscheidungsfindung und dem Kennenlernen dienen.

GABRIELA JÜTTNER, MICHAELA KOENEN-WELLES, DUKE WILBURN

WE 2 | Sa. 25.04.26, 10 – 15 Uhr

Die Methode des "Creative Dance", Innehalten und Körperachtsamkeit "Let your muscles and your movement feeling tell you what to do."

Barbara Mettler

Barbara Mettler (1907-2002) ist eine einzigartige Pionierin und Begründerin des "Creative Dance" in Amerika.

Sie unterrichtete bis ins hohe Alter von 91 Jahren. Ihre Methode wird immer noch gelehrt und geschätzt!

Grundsätze ihrer Arbeit lauten

- Kreativer Tanz ist ein freier Umgang mit der Kunst der Körperbewegung – des kinästhetischen Sinnes.
- Der Körper ist das Instrument, die Bewegung ist das Material des Tanzes.
- Das Bewusstsein für den eigenen Körper und seine Bewegung sowie das Bewusstsein für die anderen stehen im Mittelpunkt des Tanzes.

„How do you make a dance

You let one movement grow out of another with your whole self in it.

A group body, like an individual body, consists of various members, all moving differently but able to move together as a unified whole."

Barbara Mettler

GABRIELA JÜTTNER

WE 2 | Sa. 25.04.26, 19 – 20:45 Uhr Online

Yael Schweitzer

Plus ein weiterer 2-3 -ständiger online Termin an einem Samstagabend. Termin folgt

WE 2 | So. 26.04.26, 10 – 14 Uhr

Ki Song® - ein tanzkünstlerisches Wahrnehmungstraining

Ki Song® ist ein atemgeführtes Körperwahrnehmungs- und Präsenztraining. Die gezielte Atemführung unterstützt die Wirkung der vielfältigen Ki Song® Übungen und hilft, Verbindungen im Körper aufzubauen und zu unterstützen.

Dabei weiten sich Gelenke und Faszien, der Körper wird flexibel und geschmeidig.

So vorbereitet können wir uns im Tanz austoben und unseren kreativ-künstlerischen Ausdruck finden - spielerisch und in Leichtigkeit.

Ki Song stärkt

- den kinästhetischen Sinn,
- alle faszialen Strukturen und Verbindungen,
- macht flexibel und reaktionsbereit.
- Die einzelnen Übungen stärken die innere Balance und Kraft in unserem Körper
- Erhöht die Qualität des tänzerischen Empfindens wie auch Ausdrucks

MICHAELA KOENEN-WELLES

WE 3 | Sa. 13.06.26., 10 – 17 Uhr

Einstieg in die HipHop-Kultur / Einstieg in den urbanen Tanz

Dieser Workshop bietet einen praxisnahen und niedrighschwelligem Einstieg in die HipHop-Kultur und in urbane Tanzstile – mit besonderem Fokus auf Breaking und HipHop. Ihr erhaltet Einblicke in Bewegungsprinzipien, Techniken, ästhetische Grundlagen und kulturelle Kontexte und lernt, wie sich diese Elemente sinnvoll in den Tanzunterricht integrieren lassen, auch ohne selbst Expert*in im urbanen Tanzformen zu sein.

Im Mittelpunkt steht ein induktiver, körperorientierter Ansatz, der unterschiedliche Körper, Fähigkeiten und Hintergründe einschließt. Die Teilnehmenden erarbeiten Bewegungsbausteine, die sich flexibel an heterogene Gruppen anpassen lassen und erfahren, wie urbane Tanzkultur als kreativer Motor für Improvisation, Choreografie und gemeinschaftliches Lernen genutzt werden kann.

Neben der praktischen Anwendung vermittelt der Workshop zentrale Inhalte der HipHop-Kultur – ihre Geschichte, Werte und Ausdrucksformen – und zeigt Wege auf, diese in den pädagogischen Alltag einzubetten. Durch konkrete Methoden, Spiele und Übungen wird erfahrbar, wie urbane Tanzimpulse wirkungsvoll eingesetzt werden können, unabhängig vom eigenen tänzerischen Level.

Themen des Workshops:

- Einführung in HipHop- und urbane Tanzkultur
- Bewegungsprinzipien und Techniken aus Breaking und HipHop
- Kulturelle Kontexte verstehen und verantwortlich vermitteln
- Gestaltungsprozesse für Improvisation und Choreografie
- Induktive Lehrmethoden für heterogene Gruppen

LIN VERLEGER

WE 3 | So. 14.06.26, 10 – 14:30 Uhr

Tanzimprovisation - die Nelkenreihe von Pina Bausch

Glück Auf, um die spannende Welt der Tanzimprovisation kennen zu lernen! Diesmal das erfolgreiche GLÜCK AUF in einem besonderen Format.

Die „Nelken-Reihe“ ist eine der berühmtesten „Reihenchorografien“ von Pina Bausch. Sie gestaltet das Thema Frühling, Sommer, Herbst und Winter.

Angeleitet und Schritt für Schritt eingeführt, tanzen alle die berühmte Reihe aus dem Pina-Bausch-Stück "Nelken".

Im Erlernen der wenigen Gesten, die die Jahreszeiten beschreiben, spielen wir darüber hinaus mit Zeit, Kraft, Raum und Rhythmus, den elementaren Faktoren des Tanzes.

Dabei werden auf der Basis dieser Formen Eure eigenen Ideen und Erfahrungen mit einfließen und eine einzigartige Nelken-Gestaltung im Augenblick entsteht.

Glück Auf!

EVA FRANZ

WE 4 | Sa. 11.07.26, 10 – 17 Uhr

Tanz in der Straßenbahn - mit live Musik

Du steigst in die Bochumer Straßenbahn – und plötzlich tanzt ALLES.....

Die Bahn als gemeinsame Bühne. Die Tanzgruppen des Zentrums für Tanz und Bewegung tanzen formiert wie auch frei und laden zum Zuschauen und Mittanzen ein. Begleitet von Musiker*innen der Musikschule Bochum rollt die 308 von Gerthe bis Bochum Hauptbahnhof. Zwischendurch wird an ausgewählten Orten ausgestiegen und zu verbindenden Kreiständen mit den Menschen auf dem Gleis oder dem Platz eingeladen. Die live Musik trägt und lockt das zufällig anwesende Publikum...

GABRIELA JÜTTNER UND MICHAELA KOENEN-WELLES

WE 4 | So. 12.07.26, 10 – 14 Uhr

Afrikanische Tanzbewegungen und Körperausdruck I

„Was ist Afrikanischer Tanz? Wir werden gemeinsam Bewegungsmuster, Isolationstechniken kennenlernen und kleine Choreographien tanzen. Die Kombination von Musik und den erdverbundenen, sich immer wieder wiederholenden Bewegungen setzen Energie und Lebensfreude frei.

KATRIN STURM

WE 5 | Sa. 12.09., 10 – 13 Uhr / So. 13.09.26, 10 – 14 Uhr plus 16:45 – 18:15 Uhr

Tanz- und Musikimprovisation

„In der Musik wie im Tanz ist die Improvisation ein gemeinsamer Motor der Kreativität.“
Boris Charmatz

Hier die Musik, dort der Tanz?

Beide Künste können zueinander in Beziehung treten, die ganz vielfältige Formen haben kann:

- Kontrapunkt,
 - Ergänzung,
 - Übereinstimmung,
-

- Führung des einen oder anderen Bereiches oder auch weitgehende Gleichberechtigung.

Das ist gerade für improvisierte Musik und improvisierten Tanz äußerst anregend...

ANNIKA POTT UND VICTORIA ROMANN

WE 5 | Sa. 12.09.26, 14 – 17 Uhr

Contemporary Dance I

Im Contemporary Dance dreht sich alles darum, den effizientesten Weg zu finden, den Körper zu bewegen. Wir bringen die Basics in unsere Körper – setzen den Fokus auf Bewegungsprinzipien. Zu diesem Punkt, an dem sich Präzision mit Freiheit und physischem Ausdruck trifft. Wir schauen auf verschiedene Bewegungsqualitäten, einzelne Elemente sowie neue Wege, die wir in unseren Körpern finden, um in tiefere technische Übungen, lösende Improvisationen und Choreografien einzutauchen.

DUKE WILBURN

WE 5 | So., 13.09.25, 16:45 Uhr – 18:15 Uhr

Mittanzaktion "Bochumer Musiksommer"

Vom Bosphorus bis nach Odessa, von Bukarest bis nach Jerusalem. Das generations- und nationalitätsübergreifende Weltmusik Ensemble „Grenzen.los“ weiß, dass Musik über alle Grenzen hinweg begeistern und verbinden kann.

Wie werden bekannte und neue Kreistänze in der Öffentlichkeit vermittelt und Menschen mit live Musik zum Tanzen eingeladen?

GABRIELA JÜTTNER UND TEAM

WE 6 | Sa. 10.10.26, 10 – 17 Uhr

Kreativ-künstlerischer Kindertanz

Phantasie und Kreativität der Kinder herauszukitzeln ist eine hohe Kunst und in unserer heutigen schnelllebigen, leistungsorientierten Zeit immer wichtiger.

Kreatives Tanzen ist Körpererfahrung, Sinnesschulung und Wahrnehmung.

Hier verbindet sich der Spaß am Bewegen und Toben zu einem Miteinander in aller Unterschiedlichkeit.

Bewegungen erfinden und entdecken stärkt das Selbstbewusstsein.

In diesem Seminar erfahren wir, wie wir uns mit Kindern im Tanz z.B.

- den Raum erschließen,
- Dynamik differenziert erleben und ausdrücken können,
- wie uns Bilder und Geschichten helfen, Bewegungsqualitäten zu entwickeln,
- wie kleine Tanzgeschichten oder Ansätze zu Tanztheaterstücken entstehen können.

MICHAELA KOENEN-WELLES

WE 6 | So. 11.10.26, 10 – 14:30 Uhr

Afrikanische Tanzbewegungen und Körperausdruck II

Wir werden gemeinsam Bewegungsmuster, Isolationstechniken kennenlernen und kleine Choreographien tanzen. Die Kombination von Musik und den erdverbundenen, sich immer wieder wiederholenden Bewegungen setzen Energie und Lebensfreude frei.

KATRIN STURM

WE 7 | Sa. 07.11.26, voraussichtlich 10 – 17 Uhr

Gestaltung im öffentlichen Raum Anneliese tanzt...

Ein Festumzug zum 10-jährigen Bestehen des Anneliese-Brost-Musikforums Ruhr

Bunt, wild, in Würde und in Wolle, weil November. Wir beginnen in der Bahn 308 von Bochum-Gerthe zur Innenstadt; gehen, animieren und locken gemeinsam mit den Musiker*innen ins Anneliese-Brost Musikforum zu noch mehr Musik und Tanz

Das Haus - ein architektonischer Leckerbissen, städtebauliche Herausforderung mit hohem künstlerischem Anspruch, akustischer Exzellenz und einladender Atmosphäre...

WE 7 | So. 08.11.26, 10 – 14 Uhr

Contemporary Dance II

Im Contemporary Dance dreht sich alles darum, den effizientesten Weg zu finden, den Körper zu bewegen. Wir bringen die Basics in unsere Körper – setzen den Fokus auf Bewegungsprinzipien. Zu diesem Punkt, an dem sich Präzision mit Freiheit und physischem Ausdruck trifft. Wir schauen auf verschiedene Bewegungsqualitäten, einzelne Elemente sowie neue Wege, die wir in unseren Körpern finden, um in tiefere technische Übungen, lösende Improvisationen und Choreografien einzutauchen.

DUKE WILBURN

Finale | Sa., 14.11.26, 10 – 17 Uhr

Abschluss und Zertifizierung Tanzen lachte das Leben an?

Schöpferische Gruppentänze, tanzpädagogische Rück- und Einblicke, bewegende Visionen, Zertifizierung und Abschluss.

GABRIELA JÜTTNER, MICHAELA KOENEN-WELLES UND TEAM

Anhang 2

Informationen zur Weiterbildungsförderung

- Die aktuellen Informationen erteilen auch die örtlichen Weiterbildungsberatungsstellen.
- Die Akademie für Tanzpädagogik Bochum ist in **Nordrhein-Westfalen** in der Liste der Fortbildungsanbieter aufgenommen.

