

---

## INFORMATIONSBLATT FOLGE 558

# TWERK DANCE

Twerking-Techniken sowie charakteristische Schritte und Bewegungen aus dem Twerking werden in kurzen Choreografien erlernt.

### **Ausführliche Beschreibung:**

#### **Twerk Dance**

In Twerk Dance übst Du Twerking-Techniken sowie charakteristische Schritte und Bewegungen aus dem Twerking. Im Mittelpunkt steht der tänzerische Einsatz von Hüfte und Gesäß. Ergänzt wird das Programm durch das Erlernen und Üben von Body Isolations, also dem isolierten Bewegen verschiedener Körperpartien, und Bodyrolls.

Twerk Dance ist für Anfängerinnen geeignet.

Mitzunehmen:

- Leggings, kurze Short oder Haremshose
- Sportschuhe
- Wasserflasche
- eventuell Knieschützer

Weitere Informationen unter: [www.twerkin.at](http://www.twerkin.at)

Bei Fragen melde Dich unter: [office@twerkin.at](mailto:office@twerkin.at)