



Deutsch- Russischer Kunst- und Kulturverein KOLOBOK e.V.

## • Tanzkleidung:

Wie bei allen anderen Sportarten ist auch für den Tanzunterricht eine spezielle Kleidung notwendig.

Mit der richtigen Kleidung kann man Haltungsverfäler, Muskelzerrungen, falsche Muskelarbeit und Gelenkschäden verhindern.

### ab 3 Jahre

**gewünscht:** Obertrikot, Schläppchen (mit Gummisohlen) und Rökkchen. FARBE – **weiß**.

### ab 6 Jahre

**notwendig:** Obertrikot, Schläppchen (mit Gummisohlen) und Rökkchen. FARBE – **schwarz und weiß**.

### ab 11 Jahre

**notwendig:** Obertrikot schwarz, schwarze und weiße Schläppchen (mit Gummisohlen), Wickelrock schwarz.

#### ***Dazu noch für Standardtänzer:***

*Mädchen* - hautfarbene Pumps mit kleinem Absatz,

*Jungs* – schwarze Tanzschuhe und Hose.

**gewünscht:** Sneakers (Hip-Hop-Schuhe), Charakterschuhe in schwarz.

### ab 15 Jahre

**notwendig:** Obertrikot schwarz, schwarze und weiße Schläppchen (mit Gummisohlen), Charakterschuhe in schwarz.

#### ***Dazu noch für Standardtänzer:***

*Mädchen* - hautfarbene Pumps mit kleinem Absatz,

*Jungs* – schwarze Tanzschuhe und Hose.

**gewünscht:** Sneakers (Hip-Hop-Schuhe).

### **BREAKDANCER:**

**notwendig:** schwarze Ellbogenschoner und Kniechoner.

**gewünscht:** Breakdance-Mütze.

**Tänzer – Tipp:** *Im Winter sollen die Kinder unter ihr Trikot eine Strumpfhose oder enge Leggings anziehen, damit ihre Beinmuskeln nicht abkühlen; dieses kann zu Zerrungen führen.*

*Für die Arme: eine alte Strumpfhose im Schritt und an den Fußenden zerschneiden und als Top anziehen!*

**WICHTIG !!!**

Tanzkleidung muss zu jeder Unterrichtsstunde getragen werden.

Haare müssen zu einem Zopf zusammen gebunden werden.

## • Kleidung für den Malunterricht:

Als Malkittel kann ein altes Hemd benutzt werden.