



**Immer freitags 19.00 – 21.00 Uhr  
für alle Niveaus**

**zu Live-Perkussion**

**Kursort: Provitreff**

Sihlquai 240, 8005 Zürich

-> 5min mit dem Tram 13, 4 oder 17 vom HB  
bis Quellenstrasse

**Anmeldungen**

Bei Sabine: +41(0)79 956 05 58 oder

[info@carodiallo.com](mailto:info@carodiallo.com)

---

### **Kurs- Konzept: Kraft – Eleganz – Energie**

**Kraft:** Zu Live-Perkussion (Djémbé und Dun-Dun) wärmen wir den Körper langsam auf. Die Bewegungen werden vom Kursleiter vorgegeben. Das Tempo der Trommeln steigert sich. Wir bauen Kondition und Koordination auf, üben die Basics der traditionellen Tanzschritte aus Guinea und Sénégal.

**Eleganz:** In der zweiten Stunde erlernen wir tänzerische Kombinationen, strukturiert aufgebaut zu einer Choreografie. In Harmonie zu den traditionellen Trommel-Rhythmen. Du hast die Gelegenheit an deiner tänzerischen Ausdruckskraft zu arbeiten. Der Kursleiter unterstützt mit Feedbacks und Korrekturen deiner Bewegungen. Der Aufbau der Choreografie kann mehrere Wochen dauern. Wir wiederholen die Abläufe oft, damit auch neue Teilnehmende den Anschluss finden.

**Energie:** Die zweite Stunde endet mit der Möglichkeit Solo-Einlagen zu üben, getragen vom Rhythmus der Trommeln.

**Teilnahmebedingungen:** Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

**Kosten:**

<b>Monatsabonnement</b> Der gesamte Betrag ist zahlbar zu Beginn des Monats – für den betreffenden Monat	<b>pro Mal Fr. 30.–.</b> → Preis pro Monat = Anzahl Kurse pro Monat multipliziert mit Fr. 30.– (zBsp: Mai 17 / 4 Freitag x Fr. 30 = Fr. 120.–) Nichtbesuchte Lektionen können nach Absprache mit der Organisation innerhalb des gleichen Monats in alternativen Lektionen nachgeholt/kompensiert werden. Das Kursgeld für nicht besuchte Lektionen kann nicht zurückerstattet werden
<b>Einzellektion an 2 Stunden</b>	<b>Fr. 40.–</b>
<b>Probe-Lektion</b>	<b>Fr. 30.–</b> kann einmalig bezogen werden
<b>Studentenrabatt</b>	Bist du noch in der Ausbildung? Wir bieten Spezialrabatte für Jugendliche in Ausbildung.

**Haftung:**

Wir übernehmen keine Haftung für Verletzung/Unfall

Wir übernehmen keine Haftung für Diebstahl/Verlust persönlicher Gegenstände während der Kurse. Sämtliche Versicherung ist Sache des Teilnehmers.

**Wie tanzen wir?**

- Barfuss
- Bequeme Kleidung
- Ein Tuch um die Hüfte betont die Bewegungen



**Anmeldungen:**

Bei Sabine: +41(0)79 956 05 58 oder [info@carodiallo.com](mailto:info@carodiallo.com)