

# Trainingstag der Tanzgarden

## Heiße Phase der Vorbereitungen für die Kampagne 2013

05.11.2012 12:46 von FGH-70 (Kommentare: 0)



Die heiße Phase geht bald los: Aber nicht nur bezüglich der anstehenden Kampagneneröffnung am 10.11., sondern auch für die beiden Tanzgarden der FGH70 Höpfemer Schnapsbrenner. Genauer gesagt hat für die Tänzerinnen und Tänzer die neue Kampagne bereits vor einigen Monaten begonnen, denn die Tanzgarden hatten ihr Training bereits kurz nach Ende der letzten Kampagne im Frühling wieder begonnen. Nun, kurz vor Ende der intensiven Trainingsphase und Beginn der Kampagne, wurde am vergangenen Samstag ein gemeinsamer Trainingstag der Junioren- und Prinzengarde durchgeführt. Ziel dieses Ganztages-Events war es sich optimal auf die anstehenden Auftritte in der Faschnachtskampagne einzustimmen und vorzubereiten. Beim klassischen Gardetanz, den beide Tanzgruppen eintrainieren, geht es vor allem um Ausdruck und die gekonnte und stilistisch korrekte Darbietung der Choreographie. Daher stand vor allem die tänzerische Ausführung im Vordergrund. Ziel war es natürlich auch, neben den tänzerischen Fähigkeiten den Teamzusammenhalt innerhalb der Garde, aber auch über die Gruppengrenze hinaus zu stärken.

Die Trainer der beiden Tanzgarden (Linda Schmitt, Jasmin Schmitt, Franziska Hauk, Marina Burger und Carmen Gerig) setzten im ersten Teil des gemeinsamen Programms den Akzent auf die choreographischen Aspekte des jeweiligen Gardetanzes. Nach einer individuellen Trainingseinheit für jede Garde am Morgen, traf man sich zum gemeinsamen Mittagssnack, um danach gut gestärkt in den zweiten Teil des Tages zu starten. Am Nachmittag fand eine gemeinsame Aufwärm- und Ausdauerphase statt. Darauf folgte eine Trainingseinheit mit dem Schwerpunkt beim Ausfeilen der bisherigen Schwierigkeiten. Zum Abschluss des Tages gab es eine gemeinsame Cool-Down Phase, in der, nach der vielen Action des Tages, wieder etwas mehr Ruhe in die Sporthalle einkehrte.

Trainer und Gardetänzer zeigten sich glücklich über die erreichten Fortschritte durch ein so ganztägiges

und intensives Training, bei dem dennoch der Spaß für alle nicht zu kurz kam. Der Trainingstag war damit ein voller Erfolg und alle sind sich einig, in Zukunft häufiger solche gemeinsamen Trainings-Tage zu wiederholen.

### **Zwei Impressionen vom Training...**



### **Einen Kommentar schreiben**