



## **Erscheinungsbild**

Liebe Tänzer\*innen, liebe Eltern,

wir werden immer wieder angesprochen, welche Frisuren im Unterricht sinnvoll sind und in welcher Kleidung eine Tänzerin trainiert.

An die „Regeln“ werdet Ihr Euch schnell gewöhnen, tragen sie doch tatsächlich zu einem konzentrierten und sicheren Unterricht bei und die Tänzer\*innen fühlen sich wohler.

## **Die Haare**

Mit fliegenden Haaren und peitschenden Zöpfen gelingt keine Pirouette. Das Binden der Haare zum Erlernen der verschiedenen Elemente des Tanzes ist unabdingbar:

- längere Haaren zusammenbinden, ggf. flechten und zu einem festen Knoten binden, heraushängende Haarsträhnen oder lange Ponys mit Haarklemmen fixieren
- kurze Haare sollten aus dem Gesicht gesteckt oder mit einem Haarband befestigt werden

## **Die Schuhe**

Für alle klassischen und kreativen Tänzer\*innen ist das Tragen von Schläppchen mit Echtledersohle vorgesehen. Diese unterstützen die Arbeit der Füße und sollten daher auf keinen Fall zu groß gekauft werden! Ihr erhaltet sie im Fachgeschäft Pro Danse, wo Ihr zudem kompetent beraten werdet.

- damit die Schläppchen nicht vom Fuß rutschen, verknotet die langen Schnürbänder so, dass der Fuß sich darin mühelos strecken und beugen kann. Anschließend schneidet die Bänder auf ca. 2cm ab, damit die Schüler beim Tanzen nicht darauf treten und befestigt die Enden mit einem Pflaster ohne Mull innerhalb des Schuhs
- den Namen Eures Kindes in die Schuhe zu schreiben, hilft Verwechslungen zu vermeiden
- den richtigen Tanzschuh für die modernen Tänzer\*innen empfiehlt die jeweilige Pädagogin

## **Die Bekleidung**

Die optimale Sicht der Körperhaltung ist Voraussetzung für eine bestmögliche Hilfestellung.

- für die klassisch und kreativ Tänzer\*innen sind ein Trikot, sowie eine helle bzw. durchsichtige Strumpfhose ideal
- unter dem Trikot wird kein Unterhemd getragen, auch die Unterhose sollte nicht darunter hervorragen.
- das Tragen von einem kurzen durchsichtigen Rock ist möglich. Dieser sollte für das Bodentraining ausgezogen werden können
- für unsere Jungs sind Leggings und ein kurzärmliges enganliegendes T-Shirt die passende Trainingskleidung
- die Kleidung für die modernen Tänzer\*innen empfiehlt die jeweilige Pädagogin

**Das Tragen von Schmuck, ob nun Kette, Uhr, Ring, Armband, Haarreifen oder Ohrring birgt eine nicht zu unterschätzende Verletzungsgefahr und kann nicht geduldet werden. Dies gilt ebenfalls für Tutu-Röcke, steinbesetzte Bekleidung und per Bügeltechnik auf den Stoff aufgebrachte Glitzer-Deko.**

- das Tragen von Beinwärmern, weiten T-Shirts, Hosen, Halstüchern, Schals etc. erschwert die Korrektur der Körperhaltung

Tanzschüler\*innen von tanzcompany erhalten auf ihren Einkauf bei Pro Danse (Fachgeschäft für Ballett- und Tanzbedarf) 5% Nachlass.

Für weitere Fragen stehen wir Euch gerne zur Verfügung.

Euer tanzcompanyTeam