

# **Training zu Hause - wir sind für euch da!**

## **Euer Trainer kommt zu euch ins Wohnzimmer**

Dass wir uns nicht mehr einfach zum Gruppentraining treffen können, ist für alle traurig und leider nun doch ein zweites Mal in diesem Jahr eingetreten.

Euer Vorstand versucht alles, im Rahmen der gesetzlichen Möglichkeiten für euch zu realisieren, aber sucht auch nach kurzfristigen Lösungen für alle Mitglieder. Nachdem einige technische Hürden überwunden und viele Tests gelaufen sind, können wir nun sagen: Die ersten regulären Trainingseinheiten im ZOOM-Meeting haben für alle Beteiligten besser geklappt als erwartet.

Eine Herausforderung für die Trainer\*innen, der sich die Ersten nun kurz vor Weihnachten gestellt haben und Neuland, da sie allein im Vereinshaus agieren.

Und ungewohnt für alle Teilnehmenden, die zu Hause den Teppich zur Seite gerollt haben.

Beide Seiten waren sich einig: Wir alle hatten Spaß, es war schön, die anderen zu "treffen", es war schön, sich mit Musik zu bewegen, es war schön, etwas Neues auszuprobieren und zu lernen.

Die ZOOM-Meetings sollen nun bis auf Weiteres weitergehen. Für Januar laufen die Vorbereitungen. Dann werden sich sicherlich auch weitere Vereinstrainer\*innen bei euch zu Hause sehen lassen.

Wir würden uns freuen, wenn ganz viele Vereinsmitglieder die Angebote nutzen und mitmachen. Nehmt die Chance wahr und seht mal, was die anderen so machen. Es sind keine Trainingsstunden wie ihr es gewohnt seid, aber alle Trainer bereiten ihr Training so vor, dass ein Einstieg immer möglich sein sollte.

Training mit ZOOM-Meeting ist nicht so schön, wie gemeinsam im Vereinshaus zu trainieren, aber es ist eine sehr gute Alternative zum kompletten Trainingsausfall!

Infos jederzeit über die Geschäftsstelle. Wer Probleme mit Zoom hat, kann sich gern bei uns melden. Wir helfen euch weiter.

Bleibt gesund und haltet euch fit!

## Vorläufiger Trainingsplan Zoom-Training Januar 2021

### **Freitag, 08.01.2021**

1. Afterwork Training 17:30 bis 18:30 Uhr
2. Runter vom Sofa 19:00 bis 20:00 Uhr

Gabriele Line Dance + Überraschung  
Stefan Partytänze

### **Dienstag, 12.01.2021**

1. Afterwork Training 17:30 bis 18:30 Uhr
2. Runter vom Sofa 19:00 bis 20:00 Uhr

Coco Videoclip  
Timo Latein Grundlagen

### **Freitag, 15.01.2021**

1. Afterwork Training 17:30 bis 18:30 Uhr
2. Runter vom Sofa 19:00 bis 20:00 Uhr

Malte Hip Hop 8 bis 88  
Doreen Jazz Tanz

### **Montag, 18.01.2021**

**NEU: Bauch - Beine – Po 18:00 bis 18:45 Uhr**

Sigrid Aufrecht und Stabil

### **Dienstag, 19.01.2021**

1. Afterwork Training 17:30 bis 18:30 Uhr
2. Runter vom Sofa 19:00 bis 20:00 Uhr

Coco Videoclip  
Timo Latein Grundlagen

### **Freitag, 22.01.2021**

1. Afterwork Training 17:30 bis 18:30 Uhr
2. Runter vom Sofa 19:00 bis 20:00 Uhr

Gabriele Line Dance + Gehirnjogging  
Doreen Jazz Tanz

### **Montag, 25.01.2021**

**NEU: Bauch - Beine – Po 18:00 bis 18:45 Uhr**

Sigrid Aufrecht und Stabil

### **Dienstag, 26.01.2021**

1. Afterwork Training 17:30 bis 18:30 Uhr
2. Runter vom Sofa 19:00 bis 20:00 Uhr

Coco Videoclip  
Timo Latein Grundlagen

### **Freitag, 29.01.2021**

1. Afterwork Training 17:30 bis 18:30 Uhr
2. Runter vom Sofa 19:00 bis 20:00 Uhr

Malte Hip Hop 8-88 Jahre  
Stefan Partytänze

Dieser Trainingsplan ist vorläufig. Änderungen sind jederzeit möglich.

Der aktuelle Plan ist veröffentlicht unter:

[http://www.tc-hanseatic.de/fileadmin/files/documents/termine/Saal-freies\\_Training.pdf](http://www.tc-hanseatic.de/fileadmin/files/documents/termine/Saal-freies_Training.pdf)

Falls ein Termin ausfallen muss, wird im o.g. Plan eingetragen, dass kein Training stattfindet.

### **Wichtiger Hinweis:**

Dieses Trainingsangebot richtet sich an alle Clubmitglieder, unabhängig von der Zugehörigkeit zu ihrem Tanzkreis. Es ist erwünscht, dass die verschiedenen Angebote genutzt werden.