

Infos und Regeln für die Teilnahme am Ballettunterricht bei Akzeptanz – Schule für Tanz und Bewegung

Bitte kommt **pünktlich** zum Unterricht.

Wenn die vorherige Gruppe runter bzw. raus kommt oder der Lehrer euch hoch/rein bittet könnt ihr in den Saal kommen.

Bitte denkt daran, dass das Balletttraining viel von euch abverlangt, sowohl körperlich wie auch geistig. Damit alle dem Unterricht gut folgen können, bitte ich euch während der Stunde um ein Mindestmaß an Disziplin (kein Handy, Tratschen, Quatsch machen ...)

Ich bitte besonders die Eltern der jüngeren Schüler, dies mit den Kindern zu besprechen.

Oft leiden die stillen Kinder unter den Schülern, die viel Quatsch machen, laut sind und dadurch den Unterricht massiv stören.

Auf keinen Fall darf der Unterricht von außen gefilmt werden. Persönlichkeits- und Datenschutzgesetz sind uns sehr wichtig, das Recht am eigenen Bild gilt für Kinder ebenso wie für Erwachsene.

Die Kinder nehmen **ohne** die Eltern am Unterricht teil (**auch beim Probetraining**). Zuschauen während des Unterrichts ist nicht gestattet. Besuchertage oder Auftritte ermöglichen den Einblick in den Unterricht.

Um einen reibungslosen Ablauf in der Stunde zu haben, achtet bitte darauf, vor dem Unterricht noch mal auf die Toilette zu gehen, damit wir die Stunde ohne Unterbrechung genießen können.

Alle Ballettkurse haben eine Kleiderordnung, diese ist ab Anmeldung einzuhalten.

Bitte daran denken, etwas zu trinken mitzunehmen. Trinktütchen o.ä. sind eher ungeeignet. Bitte eine Trinkflasche mitnehmen, die geschlossen werden kann.

Wenn man mal nicht am Unterricht teilnehmen kann, bitten wir um eine kurze Mitteilung (gerne per WhatsApp, SMS oder Email). Es wäre schön, wenn der Unterricht nur bei wichtigen Anlässen abgesagt wird oder natürlich bei Krankheit. Wenn man sich dazu entscheidet, Ballett lernen zu wollen, muss man sich darüber im Klaren sein, dass das nur funktioniert, wenn man regelmäßig und mit Herzblut dabei ist. Bei schönem Wetter ins Freibad zu gehen, sich mit Freunden zu treffen, faul sein,... ist alles in Ordnung, aber eben nicht wenn Unterricht ist. Ich bitte auch hier noch mal die Eltern, diese Philosophie zu unterstützen und ein Vorbild zu sein.

Schüler die Krank sind, dürfen **NICHT** am Unterricht teilnehmen. Gesundheit geht immer vor. Zum eigenen und zum Schutz der anderen, müssen kranke Schüler unbedingt zu Hause bleiben. Bei Verletzungen und nicht ansteckenden Krankheiten, dürfen die Schüler sehr gerne zuschauen und/oder mitschreiben. Verletzungen, Belastungen körperlicher oder psychischer Art nehme ich sehr ernst. Daher ist der Wiedereinstieg nach Verletzungspausen oder Krankheit, bitte immer erst vorher mit mir abzusprechen. Ich möchte unbedingt, dass alle Tänzer ein gutes Bewusstsein für ihren Körper und dessen Grenzen lernen.

Wenn noch Fragen offen sind, sprecht uns gerne an. Wir geben auch gerne eine Rückmeldung zu eurer Bewegungsentwicklung bzw. die Ihres Kindes.

Liebe Grüße, Carolin und Team

KLEIDERORDNUNG BALLETT/Kindertanz

Für die ersten Stunden reicht eine Leggings und ein enges Shirt. Bitte kaufen sie den Kindern KEIN Tutu, das ist ein Bühnenkostüm und gehört **nicht in den Unterricht**. Die Ballettwelt ist weitaus schlichter als Ihnen gern erzählt wird. Stoppersocken sind immer besser als Gymnastikschuhe.

Wirklich dazu gehören:

1.) Schläppchen- (weiche Ballettschuhe)

Das sind spezielle Schuhe mit einer Sohle, die die Zehen frei lässt. Gymnastikschuhe sind völlig ungeeignet. In Fragen der Schuhe bin ich völlig kompromisslos auf längere Sicht, Ihre Söhne gehen ja auch nicht in Sandalen zum Fußball. Die Farbe der Schläppchen sollte hautfarben/lachsfarben sein, da diese Farbe sich am besten an mögliche Kostüme anpasst. Spitzenschuhe erlaube ich prinzipiell erst nach Jahren des Trainings FRÜHESTENS ab dem 11. Lebensjahr.

2.) Beinrikot/Strumpfhose

Für die jüngeren Kinder reicht eine weiße/zart rosa Strumpfhose ohne Verstärkung am Oberschenkel, ältere Mädchen, die den Spitzentanz erlernen, sollten echten Ballettstrumpfhosen den Vorzug geben. Die haben unter der Fußsohle ein verdecktes „Fußloch“ durch das eventuell notwendige Pflegemaßnahmen problemlos erledigt werden können. (Manchmal braucht man eben ein Pflaster)

3.) Körpertrikot

Pflicht ist ebenso ein schlichtes Trikot! Es sollte keinerlei Deko haben, keine Blümchen, kein Glitzer, keine Einhörner, Barbie auch nicht. Gut sitzen sollte es auch. Wir Lehrer sollten ja das Kind anschauen können, und keine Tüllwolke.

Farbe rosa für Kinder bis 8 Jahre, schwarz ab 9 Jahre.

Optional für kühle Zeiten, ist ein warmes Wickeljäckchen und/oder ein Wollhöschen, das nach dem Aufwärmen abgelegt werden kann. Wenn Wärmebekleidung getragen wird, dann bitte solche, die man nach und nach ausziehen kann. Auch ein paar warme Puschen, in die man mitsamt den Schläppchen steigen kann, sind manchmal nützlich.

Die Pflichtkleidung ist direkt bei uns zu bestellen. Alle unsere Ballett-Schüler tragen die gleichen Outfits.

Unterwäsche

Unter einem Ballettrikot und Strumpfhose trägt man genau NIX. NIX NIX.

Unter einem Badeanzug trägt Ihr Kind ja auch keine Wäsche, oder? Wenn eine Unterhose getragen wird, darf diese nicht zu sehen sein. Und vertrauen sie mir, nichts sieht unter einem Trikot schlimmer und peinlicher aus als eine Unterbüx mit Ponies oder drei Unterhemden mit diversen Aufdrucken übereinander. Oder bei älteren Mädchen ein schwarzer BH unter weißem Tutu. Ein T-Shirt gehört, wenn überhaupt, immer ÜBERS Trikot, so dass man es ausziehen kann nach der Aufwärmphase. Im klassischen Ballett geht es neben dem Spaß und der Ausdrucksmöglichkeit im Tanz auch um Ästhetik. Helfen sie uns Lehrern, diesem Auftrag auch nachkommen zu können. Bitte schreiben sie den Namen Ihres Kindes an unauffälliger Stelle in alle Kleidungsstücke, die einheitlich sind, niemand kann bei Kindern ein Auge darauf haben, dass sie auch wirklich ihre eigenen Schuhe wieder mit nach Hause bringen.

Die richtige Frisur

Lange Haare:

müssen grundsätzlich zu einem Dutt zusammengesteckt sein.

Kurze Haare:

müssen so befestigt sein, dass keine losen Strähnen im Gesicht hängen.

Faustregel:

Nacken und Gesicht müssen frei von herumfliegenden Haaren sein!

Schmuck

ist grundsätzlich, wie in allen mir bekannten Sportarten auch, abzulegen.

Das gilt auch für das Geburtstagsgeschenk der Oma, oder die Perlenkette aus dem Kindergarten. Einzig winzig kleine Ohrstecker sind erlaubt als Platzhalter, damit sich das Löchlein nicht schließt.

Das klingt nun alles sehr streng, aber glauben sie mir, einheitliche Trainingskleidung und eine gewisse Ordnung ist sehr wohltuend, auch für die Seelen Ihrer Kinder. Schieben sie ruhig alle Schuld auf mich, wenn es Diskussionen gibt... :-)

Ballett Tanzbedarf PREISE:

So funktioniert die Bestellung: Auf einen Zettel: Namen, Gruppe, Größe oder Alter, mit dem passenden Geld in einen Umschlag, bei uns abgeben!

Kindertanz und Ballett Minis (ROSA):

<u>Trikot mit Rock</u>	19,-€
<u>Strumpfhose</u>	5,-€
<u>Schläppchen</u>	10,-€
Wickeljacke	17,-€

Kinder-Ballett ab 9 Jahren (SCHWARZ):

<u>Trikot mit Trägern</u>	16,-€
<u>Strumpfhose</u>	6,-€
Strumpfhose mit Ballenloch	6,5 €
<u>Schläppchen</u>	10,-€
Schlupfrock	13,-€
Tanz-Short	13,-€
Wickeljacke	17,-€

Teens/ Erwachsene Ballett:

Trikot mit Trägern	16,-€
Trikot mit Ärmel	17,50€
Strumpfhose	6,-€
Strumpfhose mit Ballenloch	6,5 €
Schläppchen	ab 10,-€
Wickelrock	14,-€
Tanz-Short	13,50€
Wickeljacke	17,-€

Sonstiges:

Stulpen	6,-€
Dutt-Hilfe	4,-€

Viele weitere Artikel und Marken auf Anfrage.

(Die unterstrichenen Sachen sind Pflichtkleidung!)