



Tanzstudio "Der springende Punkt" Kuppenheim

Kunstwiesenweg 16, 76456 Kuppenheim

Telefon Tanzbüro 07222 4646

www.springender-punkt.de

Klassisches Ballett | Frisur & Bekleidung

Liebe TänzerInnen, liebe Eltern,

wir werden immer wieder auf Tanzbekleidung angesprochen und darauf, welche Frisuren im Unterricht sinnvoll sind. Daher haben wir diese Informationen für Sie zusammengefasst.

Die Bekleidung:

- Ein heller Ballettanzug (weiß, rosa, hellblau) mit oder ohne (angenähtem) Röckchen sowie eine helle Strumpfhose (rosa oder weiß) sind ideal: Die hellen Farben ermöglichen eine optimale Sicht der Körperhaltung, was Voraussetzung für eine bestmögliche Korrektur von Seiten der Lehrkraft ist. Daher auch:
- Bitte keine gemusterten oder dunklen Strumpfhosen sowie dicken Wollstrumpfhosen tragen.
- Unter dem Ballettanzug sollte kein Unterhemd getragen werden, idealerweise auch keine Unterhose; möchtet ihr auf eine Unterhose nicht verzichten, sollte sie möglichst nicht sichtbar sein.
- Bitte auf das Tragen von Beinwärmern (Stulpen), weiten T-Shirts oder Hosen, Halstüchern, Schals etc. verzichten, da sie eine Korrektur der Körperhaltung ungemein erschweren.
- Das Gleiche gilt für das Tragen von Schmuck (Ketten, Uhren, Ringen, Armbändern und großen Ohrringen), da diese eine nicht zu unterschätzende Verletzungsgefahr in sich bergen. Am besten jeglichen Schmuck zu Hause lassen, da er leicht vergessen wird. Falls ihr etwas vermisst, spricht bitte eure Lehrkraft an.

Die Schuhe:

- Allen SchülerInnen möchten wir die Anschaffung von Ballettschlappchen ans Herz legen. Sie unterstützen die Streckung der Füße und sollten daher auf keinen Fall mehrere Nummern zu groß gekauft werden.
- Damit diese Schlappchen nicht vom Fuß rutschen können, bitte ein Gummiband quer über den Schuh nähen oder alternativ: Zwei Gummibänder über Kreuz nähen.
- Zu lange Schnüribänder (vorne zum Festziehen) sollten abgeschnitten werden, damit die SchülerInnen nicht beim Tanzen darauf treten; Enden einfach vorne in den Schuh stecken.

Die Haare:

- Längere Haare bitte zu einem festen Pferdeschwanz zusammenbinden und heraushängende Haarsträhnen oder lange Ponys mit Haarklemmen feststecken, damit sie nicht ins Gesicht fallen können.
- Lange oder sehr lange Haare bitte hochstecken, am besten zu einem festen Knoten oder mit einer festsitzenden Haarspange.
- Kurze Haare sollten aus dem Gesicht gesteckt werden oder mit einem Haarband so befestigt werden, dass sie ebenfalls nicht ins Gesicht fallen. Das Tragen lockerer Haarreifen ist sehr ungünstig.

Diese Regeln mögen auf den ersten Blick kompliziert und streng erscheinen. Man gewöhnt sich jedoch schnell daran, denn sie tragen zu einem konzentrierten, disziplinierten und sicheren Unterricht bei.

Für weitere Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Mit lieben Grüßen,

euer Team vom Tanzstudio „Der springende Punkt“ Kuppenheim

