

Regelmässiger Unterricht in St. Gallen oder Sevilla und gleichzeitig immer online und auf Wunsch aufgenommenener Unterricht zum Nachholen

1. **Das beliebte Cardio Zapateado Training für Geschwindigkeit, Kraft und Ausdauer** jeweils Samstag oder Sonntag 11-12 Uhr
2. **Palmas** Focus auf contartiempos und marcajes mit contratiempos etc. 12.15-12.45 Uhr
3. **Die YogaFlamencoGymnastik** jeweils Samstag oder Sonntag 9.45-10.45 Uhr
4. **Der Cajón Unterricht** Donnerstag 20.45-21.30 Uhr
5. **Montag und Dienstagabend Choreographie, Technik und Kastagnetten**
6. **Flamenco für Kinder** (Freitag oder Samstag)
7. **Auf Wunsch auch Bulerías und Sevillanas Klassen** an verschiedenen Wochentagen

Detaillierte Informationen

Einstieg jederzeit möglich, da es zu den Choreos auch Lernvideos gibt. Die verpassten Stunden können online nachgeholt werden.

Montag

18.20 – 18.50 Uhr Kastagnetten Anfänger

19.00 - 20.30 Uhr Anfänger-Mittelsufe, Technik und Choreographie

20.45 – 21.15 Uhr Kastagnetten Mittelstufe (Technik, Armübungen)

Dienstag

18.45 - 20.30 Uhr Mittelstufe-Fortgeschrittene (Technik und Choreographie)

20.45 – 21.15 Uhr Mittelstufe-Fortgeschrittene Technik, Kastagnetten, Armübungen, Tanz

Donnerstag

20.45-21.30 Uhr Cajón

Auf Wunsch auch Bulerías und Sevillanas Klassen an verschiedenen Wochentagen