

Balance ADTV ZEIT Balance

Tanzschule Matthias Freydank

2. Jahres-
hälfte 2025

**INFOS, NEWS
& TERMINE**

Juli, August,
September, Oktober
November, Dezember
und Januar.



Foto: © fotolia.de

**HERZLICH
WILLKOMMEN IN
EURER LIEBLINGS-
TANZSCHULE!**

Wir freuen uns darauf, Euch
in der Tanzschule persönlich
begrüßen zu dürfen.

Eurem „GuteLauneBalance-
DreamTeam“ geht es wie John
Travolta: „Tanzen ist ein Teil
meiner Seele, es macht die
Menschen glücklich und es
macht mich glücklich.“
Du tanzst **wann und so oft Du
möchtest** in unserem flexi-
blen Kurssystem. Bei uns
kannst Du auch **mehrmals pro
Woche ohne Aufpreis** tanzen

Bitte kontaktiere uns – wir beraten Dich gerne:

Per Telefon: **(0331) 812166**

Per E-Mail: **verwaltung@tanzen-potsdam.de**

Per-Sönlich: **direkt in der Tanzschule**

Im Leben wie beim Tanz: Immer schön die "Balance" halten!

und **kostenlose Parkplätze**
für zwei Stunden findest Du
auf dem Parkplatz vom Wald-
stadt-Center (bitte Parkschei-
be nicht vergessen).

Die Luft ist rein – unsere Luft-
anlage tauscht die Luft mehr-
mals pro Stunde mit gerein-
igter und angewärmter Außen-
luft. Deshalb könnt Ihr auch in

der kalten Jahreszeit sorgen-
frei bei uns tanzen kommen.

„Tanzen ist der Ausdruck ei-
nes vollkommenen Moments.
Kein Gedanke trübt die per-
fekte Konstellation aus Musik,
Bewegung und Freude“.

JETZT ANMELDEN:
www.tanzen-potsdam.de

*Tanzen
kann auch
fluup sein!*

Wir gehören zum Netzwerk
moderner Tanzschulen, denen
ein **gästeorientierter, indivi-
dueller und hochwertiger Un-
terricht** wichtig ist.

fluup ist ein Projekt der
**EUROPÄISCHEN STIFTUNG
TANZEN** und steht für all-
tagstaugliches Tanzen. fluup
steht für Transparenz und zeigt,
was moderne, zeitgemäße
Tanzschulen tun.

Tanzen ist Lebensqualität und
so alt wie die Menschheit –
und jeder kann es. Wenn Du
bereit bist, Dir selbst (und
Deinem Partner gleich mit)
etwas wirklich Gutes zu tun,
dann komm
in eine fluup-
Tanzschule
– **komm zu
Balance!**



© Fotosteller Elena Barba – eustta.org



Solotanz Kinder – Jugendliche – Erwachsene

Alleine und doch in der Gruppe auf unterschiedliche Musikrichtungen bewegen – dann auf zum Solotanz!

Fördern & fordern

Koordination, Gleichgewicht, Kreativität, Musikalität, Rhythmik entwickeln und fördern
dafür stehen unsere ADTV Kindertanzlehrenden

Kindertanz - Minis (ab 3 Jahre)

Mo 16.15 - 17.00 Uhr
Fr 16.30 - 17.15 Uhr



Kindertanz - Maxis (ab 5 Jahre)

Di 16.30 - 17.15 Uhr
Mi 16.15 - 17.00 Uhr



Selbstbewusstsein stärken, sportliche Fähigkeiten und Körperwahrnehmung, altersgerechte Selbstverteidigung

Kampfkatten®-Kurse Grundkurs (5-7 Jahre):

ab 18.09.
Do 16.30 - 17.30 Uhr



Kampfkatten®-Kurse Aufbaukurs (5-7 Jahre):

ab 17.09.
Mi 16.15 - 17.15 Uhr



Angesagt

Tanzen in der Gruppen und doch für sich – verschiedene Styles und Moves kombiniert in coolen Choreographien – zu aktueller Chartmusik

Hip Hop Juniors (ab 7 Jahre)

Di 16.30 - 17.30 Uhr
Do 16.30 - 17.30 Uhr



Hip Hop (ab 11 Jahre)

Mo 16.15 - 17.15 Uhr



Hip Hop (ab 15 Jahre)

Fr 16.30 - 17.30 Uhr



Änderungen sind möglich!

Alle Kurs-Termine und Infos finden Sie tagesaktuell auf unserer Webseite.

Ganz einfach jeweiligen **QR-Code scannen** oder alternativ über **tanzen-potsdam.de**

Sportlich

Balance-Fit

Tanzen, Fitness und Lifestyle für Menschen im besten Alter – gesundheitsorientiert und gesellig –

Mo 10.30 - 11.30 Uhr
Mi 10.00 - 11.00 Uhr
Mi 17.30 - 18.30 Uhr



Agilando

Fitness, Tanz & Geselligkeit

Di 10.30 - 11.30 Uhr
Di 11.45 - 12.45 Uhr



Balance-Fit-Latin

Salsa, Merengue, Bachata – Fitness & Tanz

Mo 17.30 - 18.30 Uhr



So geht's aufs Parkett

Tanzen – bewegen – genießen – aktiv sein – träumen – entspannen – wohlfühlen – glücklich sein, kurz gesagt: In bzw. bei Balance sein.

Und genau das erfährst Du bei uns, ob Du allein (Single-Kurs) oder zu zweit (Paare-kurse) kommst.

T-A-N-Z-E mit System einfach und dadurch auch sehr erfolgreich, komm vorbei und probiere es aus!

Paar-tanz



	MO	MI	FR	SO	DI	DO
	07.07.25 25.08.25 22.09.25 27.10.25 24.11.25 05.01.26	09.07.25 27.08.25 24.09.25 29.10.25 26.11.25 07.01.26	11.07.25 29.08.25 26.09.25 07.11.25 28.11.25 09.01.26	13.07.25 31.08.25 28.09.25 02.11.25 30.11.25 11.01.26	15.07.25 02.09.25 30.09.25 04.11.25 02.12.25 13.01.26	17.07.25 04.09.25 02.10.25 06.11.25 04.12.25 15.01.26
T-Stufe • Grundkurs ohne Voraussetzung	19.00	20.30	18.00 Singles	19.00		18.00
A-Stufe Aufbaukurs	20.30		19.30 Singles	13.00	17.45	18.00
N-Stufe • Medaillen-stufe Bronze/Silber	17.30 19.00	20.30	21.00 Singles	14.30		
Z-Stufe • Medaillen-stufe Silber/Gold	20.30	17.30 19.00		16.00		
E-Stufe ab Goldstar			19.30	17.30	20.15	19.30 21.00

Idee, Konzeption & Texte: ssbkampe.de | Layout & Gestaltung: emwe.design | Fotos: tanzen-potsdam.de & stock.adobe.com

Gründe für Balance

Flexibel!
Wann Du möchtest!

So oft Du magst!
Du wählst die Termine!

Kurz gesagt:
Ob an einem Termin in der Woche oder mehrfach!

Mehr Angebote

Bei uns gibt's für jeden den passenden Kurs – einfach ausprobieren!

z.B. Kindertanz (ab 3 Jahre), **Selbstbehauptung für Kinder** (ab 4 Jahre; Kampfkatten®), **Hip Hop** (ab 7 Jahre) oder einzeln in der Gruppe tanzen (auch vormittags): **Agilando & Balance-Fit** für Erwachsene ohne Altersbegrenzung.

ADTV

Tanzschule Matthias Freydank

ADTV Tanzschule Balance
Am Moosfenn 1
D-14478 Potsdam

Telefon: (0331) 812166
info@tanzen-potsdam.de
www.tanzen-potsdam.de



Hochzeit

Etwas Altes, etwas Neues, etwas Geborgtes, etwas Blaues und ein 1-Cent-Stück.

Eine besondere Tradition ist der Hochzeitstanz. Wir bereiten Euch gerne auf diesen ganz besonderen Moment an Eurem schönsten Tag im Leben vor!

Bis zum Hochzeitstermin sind es noch

6 oder mehr Monate Zeit:

Entspannt – mit dem Tanzen in der T-Stufe starten und es als Hobby zu zweit genießen.

3 - 5 Monate Zeit:

Passt – dann auch mit der T-Stufe starten.

1 - 2 Monate:

Eher spontan – Hochzeitskurs.

Am nächsten Samstag:

Upps – lasst uns telefonieren!

