



Silberschwäne – Ballett für Ladies und Gentlemen

Einmal noch! Oder das erste Mal!

Die Welt des klassischen Tanzes erfahren. Die Arme bewegen wie die Schwäne im Schwanensee, den Körper aufrichten wie eine Ballerina. Ein Tutu tragen. In jedem Alter möglich.

Kursinhalt

Ballett lernen nach der russischen Schule von Vaganova: die Bewegungen der Arme, die Kopfführungen, Beinübungen – eine Stunde lang alles vergessen.

Konzentrierte Körperarbeit, innerhalb der anatomischen Gegebenheiten, mit klassischer Klaviermusik. Kleine Tänze einstudieren, einzeln und in der Gruppe.

Und - bei Theateraufführungen die Arbeit der Ballerinas verstehen, staunen, dass die Schritte bekannt sind.

Voraussetzungen zum Kursbesuch

Dies Kurs richtet sich ausschliesslich an Menschen ohne grosse Vorerfahrung im Ballett oder anderen Bewegungsangeboten.

Als Kleidung reichen T-Shirt, Leggings und Socken.

Hinweis

Am Ende jedes Blocks kann auf Wunsch ein wunderschönes Tutu getragen werden – für das richtige Bühnengefühl.

Die Tutus werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

Kursnummer

184a

Wochentag / Zeit

Jeweils mittwochs von 09.00 – 10:10 Uhr

Daten

22. Oktober bis 26. November 2025 (6 Kurstage)

Ort

Tanz Zentrum St. Gallen, Haggenstrasse 44, 9014 St. Gallen

Dauer einer Lektion / Anzahl Lektionen & Kosten pro Lektion / Gesamtkosten

70 Minuten / 6 Lektionen à Fr. 17.50 / Total Fr. 105.-

Leitung

Claudia Hansjakob, Ballettlehrerin & Bewegungspädagogin BGB

Anmeldung und weitere Auskünfte

Pro Senectute Stadt St. Gallen, Davidstrasse 16, 9001 St. Gallen

Tel. 071 227 60 00 oder E-Mail: st.gallen@sg.prosenectute.ch

Link zum [Anmeldeformular](#) für diesen Kurs im Internet