

ROCKTHEBILLY.COM

ROCK THE

Billy

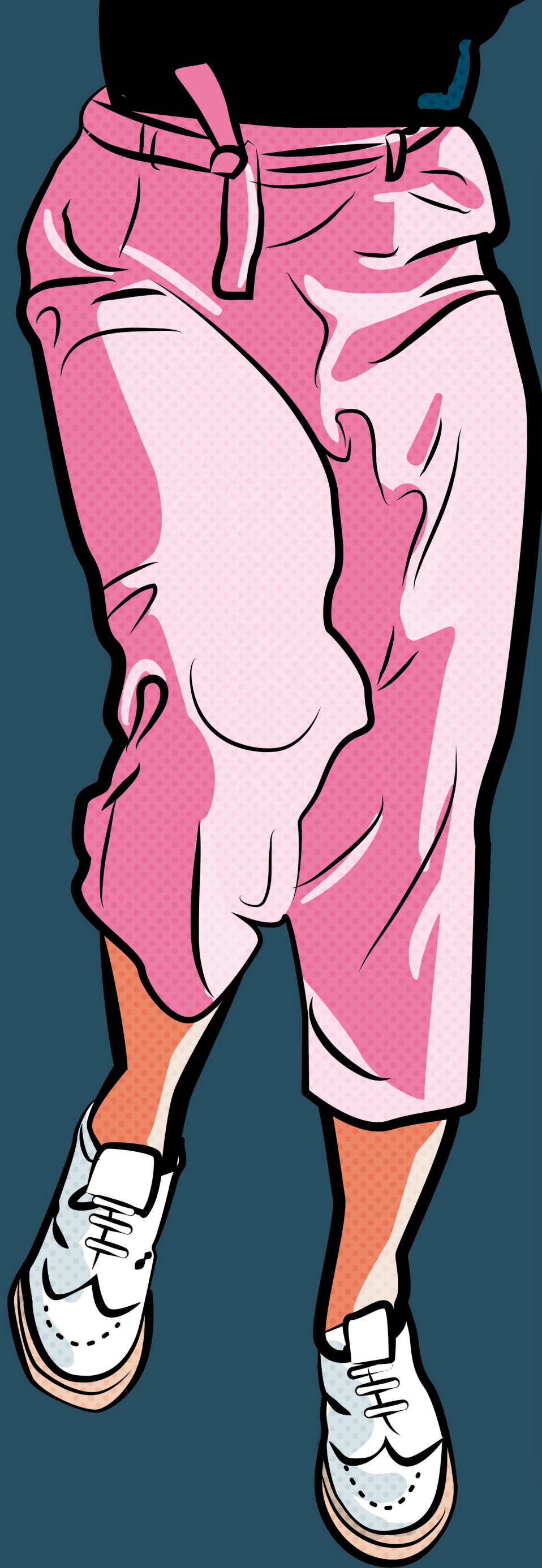
DANCE LIKE  
A LEGEND!



ROCK THE

*Billy*





REGISTRATION UNDER  
ROCKTHEBILLY.COM

ROCK THE  
*Billy*

DANCE LIKE  
A LEGEND!

**INSTRUCTOR TRAINING**  
**27.5.2018**  
KLAGENFURT **TANZWELT WANKMÜLLER**

NEVEN  
IVIG

EARLY BIRD 199,90  
UNTIL THE 14TH OF MAY

REGISTRATION UNDER  
ROCKTHEBILLY.COM

ROCK THE  
*Billy*

DANCE LIKE  
A LEGEND!

**INSTRUCTOR TRAININGS**  
**AUSTRIA**

VIENNA  
26.5.2018 // FRED ASTAIRE AUSTRIA  
10.11.2018 // TANZSCHULE FRANZEN

TULLN  
26.5.2018 // TANZSCHULE DUSCHEK

KLAGENFURT  
27.5.2018 // TANZWELT WANKMÜLLER

ST. MARTIN  
27.5.2018 // SPORTPARK TROPS

EISENSTADT  
23.6.2018 // DANCESTATION

SALZBURG  
08.09.2018 // ARGE KULTURZENTRUM

KORNEUBURG  
29.09.2018 // TANZSTUDIO ROCK'N'VISION  
15.10.2018 // TANZSTUDIO ROCK'N'VISION

DORNBIRN  
06.10.2018 // TANZSCHULE HIEBLE

LINZ  
13.10.2018 // DANCING WORLD

INNSBRUCK  
20.10.2018 // TANZSCHULE VALLAZZA

VILLACH  
10.11.2018 // MIRELLA SPORTWERKSTÄTTE

ROCKTHEBILLY.COM

ROCK THE  
*Billy*

DANCE LIKE  
A LEGEND!

**INSTRUCTOR TRAINING**  
**MANUAL**

WILLKOMMEN BEI ROCK THE BILLY  
DEIN TANZ-FITNESS-WORKOUT,  
WELCHES DEIN LEBEN VERÄNDERT

# Boogie Woogie

## 1. INFO

Boogie-Woogie gehört zur Familie der Swing-Tänze. Er entstand in den 1920er-Jahren in den USA aus dem East Coast Swing, einem vereinfachten tänzerischen Derivat des Ende der 1920er-Jahre aus schwarzen Wurzeln entstandenen Lindy Hop der 1930er-Jahre. Die Verwendung der Bezeichnung „Boogie-Woogie“ für den Tanz limitiert auf Europa beschränkt.

## 2. WARM-UP/BASIC

Das Video für den passenden Warm up Style findest du unter: [rockthebilly.com/training](http://rockthebilly.com/training)

## 3. CHOREOGRAFIE

Beispiel-Choreografien für „Boogie Woogie“ findest du unter: [rockthebilly.com/training](http://rockthebilly.com/training)



## 1. INFO

Jazzabilly ist eine, von Billy selbst entwickelte, Variante des bekannten Soul-Jazz Tanzes. Durch die Kombination mit verschiedenen Charleston-Moves und moderner knackiger Musik kommt bei Jazzabilly pure Freude an der Bewegung auf.

## 2. WARM-UP/BASIC

Die Basisbewegungen für Jazzabilly findest du unter: [rockthebilly.com/training](http://rockthebilly.com/training)

## 3. CHOREOGRAFIE

Beispiel-Choreografien für „Jazzabilly“ findest du unter: [rockthebilly.com/training](http://rockthebilly.com/training)

# Jazzabilly



ROCK THE BILLY

## Warm-up Basic

Das Element der Rock-the-Billy-Stunde, das bei allen  
Übungen bzw. bei jedem Kurs verwendet wird.

Warum machen wir das?  
Aus diesem Grund wichtig,  
gezielten Aufwärmen den  
Belastung und die Belastung  
durch verringern wir  
norm. Also achtet  
auf die mit dem Auf-

WARM-UP/WORK-OUT

## Body-Work-out

Warum machen wir bei ROCK THE BILLY  
ein Body-Work-out?

Ganz einfach: ROCK THE BILLY ist ein Tanz-FITNESS-Work-  
out, und aus diesem Grund machen wir neben dem Tän-  
zerischen – das eher in den Ausdauer- und Cardiobereich  
zu zählen ist – auch ein Body-Work-out, wo wir versuchen,  
in relativ kurzer Zeit eine Kräftigung und Stärkung des  
Körpers zu erzielen.

Ein mögliches Body Workout Video findest du unter:  
[rockthebilly.com/training](http://rockthebilly.com/training)

ROCK THE

# Billy

ROCKTHEBILLY.COM

**DANCE LIKE  
A LEGEND!**

ROCK THE

*Billy*



