

shape

Up

Trainer's only

Beruf & Karriere  
**Bei den Kassen  
abkassieren**

Presenterwahl  
**Alles Kluike  
oder was?**

Anatomie  
**Muskeln: Geprellt,  
gezerrt, gerissen**

Trainer's Food  
**Sporternährung –  
brauch' ich das?**

Trainer's Update  
**Fit\_academy  
Enzyklopädie Fitness  
Aerobic-Dates  
audio & video**

trend\_scout  
**Yoga – die wahre Fitness?  
Feldenkraixercise**



*Trendscout  
Jose Martinez*

**Let's  
reggae  
the dance**

# Let's reggae the dance

Mit Dance Reggae hat José Martinez eine neue Choreographie kreiert

diese Bewegungstraditionen mit neuzeitlichen Einflüssen. In den Grundtechniken finden wir die lockeren Hüften des Latin styles (Hips swing), die Contract- und Roll up-Bewegungen des Hip Hop und die lockere Oberkörperhaltung aus der Kultur Afrikas und Jamaikas. Seine Premiere erlebte Dance Reggae auf dem Berliner Turnfest letztes Jahr im Mai. Allabendlich tanzten sich die Teilnehmer/innen zur Aerobic-Dance-Night im Reggae-Style locker. Auch in der Kurzform begeisterte das neue Programm auf dem Frankfurter Kongress knapp 500 TeilnehmerInnen mit einer mitreißenden Dance-Reggae-Show.

Das DTB Show-Team mit José Martinez, Maria Irala und Sandra Kreuzer präsentieren

**S**onnige Jamaika-Klänge, raffinierte Kombinationen aus Reggae, Hip Hop und Aerobic – das macht das Feeling von Dance Reggae aus. Einfache Bewegungsmuster, die leicht erlernbar sind! Entwickelt wurde dieses Programm von José Martinez, einem in der Dominikanischen Republik geborenen Tänzer und Choreograf, für den Deutschen Turner Bund. Der Ursprung des Musik-Styles von Dance Reggae ist im Afro-Jamaican-Raum zu suchen. Die „moderne Version“ verknüpft

## Termine Dance Reggae 2006

5.2.06, Dance Reggae On Tour, Frankfurt/Main

4./5.3.06, Dance Reggae On Tour, Hamm/Oberwerries, [www.wtb.de](http://www.wtb.de)

25.3.06, Workshop Dance & More, Gießen/Linden

1.4.06, Dance Reggae On Tour, Stuttgart, [www.stb.de](http://www.stb.de)

29./30.4.06, Dance Reggae On Tour, Hamburg, [www.vtf-hamburg.de](http://www.vtf-hamburg.de)

30.4.06, Dance Special, VTF Turner-Bund, Hamburg, [www.vtf-hamburg.de](http://www.vtf-hamburg.de)

20.5.06, Dance Special, Mainz, [www.rhtb.de](http://www.rhtb.de)

15./16.6.06, Sommer Akademie Latino, Hamm/Oberwerries, [www.wtb.de](http://www.wtb.de)

15.07.06, Dance Reggae On Tour, Karlsruhe

11. - 13.8.06, Dance Special Latino & More, Hamm/Oberwerries, [www.wtb.de](http://www.wtb.de)

19./20.8.06, 7. DTB Aerobic Kongress, Frankfurt/Main, [www.dtb-akademie.de](http://www.dtb-akademie.de)

25. - 27.8.06, Aero-Dance Ausbildung, Frankfurt/Main, [www.dtb-akademie.de](http://www.dtb-akademie.de)

16.9.06, Aerobic Convention, Jena, [www.dtb-akademie.de](http://www.dtb-akademie.de)

17.9.06, Aerobic Convention, Bad Wildungen, [www.htv-online.de](http://www.htv-online.de)

23./24.9.06, Aerobic Convention, Chiemsee

4.11.06, Aerobic Convention, Karlsruhe

10./11.11.06, Turnerbund Kongress, Bingen, [www.rhtb.de](http://www.rhtb.de)

18.11.06, Aerobic Marathon, Kaiserslautern

19.11.06, Aerobic Convention, Stuttgart, [www.stb.de](http://www.stb.de)

25./26.11.06, Dance Reggae On Tour, Hannover, [www.ntb.de](http://www.ntb.de)

Choreographie und machte damit Lust auf die folgenden Workshops.

Auf der „Stuttgarter Aerobic Convention“ im November stellte José Martinez Dance Reggae im Praxisteil des Kongresses nochmals detailliert vor. Dance Reggae-Neulinge hören dabei einfach auf die Musik und lassen sich schnell auf die verrückten Bewegungen ein: neckische Hüft- und Po-Bewegungen, anspruchsvolle Basic Moves zu jamaikanischen Klängen. Alle Bewegungen sind einfach nachzuvollziehen, so dass eine solche Stunde einfach Spaß bringt und alle Zutaten für eine grandiose Show als Finale liefert.

Informationen und Anmeldungen zu Dance Reggae gibt es unter [DTB-Akademie@dtb-online.de](mailto:DTB-Akademie@dtb-online.de)

tierte auf der Hauptbühne eine atemberaubende Dance Reggae-