



Tanzhaus La Danza



*Programm ab
Januar 2026*

*für Erwachsene,
Jugendliche und
Kinder*



Das Team

- 1 **Katja Hillenkamp**, Lindy Hop / Modern Line Dance
Fit & Dance / Kundalini Yoga
- 2 **Wolfgang Polifka**, Gesellschaftstanz / Tanzsporttrainer
Turnier / Formation / Discofox / Salsa
- 3 **Matthias Arnold**, Gesellschaftstanz / Discofox
Tango Argentino / Salsa / Rock'n'Roll / dj matzUp
- 4 **Daniel Giel**, Gesellschaftstanz / Discofox / Lindy Hop / Peabody
- 5 **Jule Lauer**, Gesellschaftstanz / Salsa / Latino / Disco Fox
Kindertanz
- 6 **Tina Erlewein**, HipHop / Videoclip / Jumpstyle
Turniergruppen
- 7 **Cathrin Herdel**, HipHop / Videoclip / Turniergruppen
- 8 **Mateusz Rzepka**, New Style / HipHop
- 9 **Andreas Ernst**, Tango Argentino
- 10 **Sina Michell Mack**, Kindertanz

Inhalt

ERWACHSENE

- 4 Gesellschaftstanz
- 6 Medaillenstufen
- 7 Lindy Hop
- 8 Salsa / Latino
- 9 Discofox / Tango Argentino
- 10 Fit & Dance / Modern Line Dance
- 11 Kundalini Yoga / Kundalini Yoga 60Plus
- 12 Veranstaltungen

JUGEND / KINDER

- 17 Gesellschaftstanz / Medaillenstufen
- 18 HipHop / Videoclip
- 20 HipHop Turnier / Showformation
- 22 New Style Dance / Contemporary
Breakdance
- 23 Kreativer Kindertanz





Gesellschaftstanz

EINSTEIGERKURS

Der klassische Einsteigerkurs geht über 10 Unterrichtseinheiten. Hier zeigen wir dir die Grundschrirte und erste Figuren in folgenden Tänzen: Discofox, Cha-Cha-Cha, Rumba, Jive, Langsamer Walzer, Foxtrott, Wiener Walzer und Tango.

Mo	19:00 Uhr	12.01.2026	10 x 75 Min.	€ 165,- p. P.
So	19:00 Uhr	18.01.2026	10 x 75 Min.	€ 165,- p. P.

KURZKURS EINSTEIGER

Du hast auch die Möglichkeit, nur die ersten fünf Wochen des Anfängerkurses zu buchen. Hier lernst du die Grundschrirte im Discofox, Cha-Cha-Cha, Langsamer Walzer, Wiener Walzer und Foxtrott.

Mo	19:00 Uhr	12.01.2026	5 x 75 Min.	€ 95,- p. P.
So	19:00 Uhr	18.01.2026	5 x 75 Min.	€ 95,- p. P.



CRASH- UND HOCHZEITSWORKSHOP

Kompakter geht's nicht: Wir beschränken uns im Workshop auf wenige Schritte und Figuren der Tänze Wiener Walzer und Disco Fox und sorgen für „kollisionsfreies“ Tanzen auf dem Parkett. Hinzu kommt beim Crashkurs 3 x 60 Min. der langsame Walzer.

Aktuelle Termine auf der Homepage.

AUFFRISCHUNGSKURS

Wie war das noch mal? Wir frischen deine Grundschrift- und Figurenkenntnisse „von früher“ wieder auf, denn Tanzen ist wie Radfahren: man verlernt es nie.

Mo	19:00 Uhr	09.03.2026	3 x 75 Min.	€ 75,- p. P.
So	19:00 Uhr	15.03.2026	3 x 75 Min.	€ 75,- p. P.

FORTGESCHRITTENE

Wir vertiefen das Erlernete, hinzukommen neue Figuren sowie zwei temperamentvolle Tänze aus Lateinamerika: Salsa und Samba.

Do	19:00 Uhr	08.01.2026	10 x 75 Min.	€ 165,- p. P.
Fr	20:45 Uhr	09.01.2026	10 x 75 Min.	€ 165,- p. P.
So	16:00 Uhr	22.02.2026	10 x 75 Min.	€ 165,- p. P.

Medaillenstufen

Die Medaillenkurse sind die perfekte Erweiterung deiner Tanzkenntnisse. Wir unterrichten hier weiterhin neue Figuren und Kombinationen, achten aber auch genauso auf Fußarbeit, Haltung, Führung usw., also auf den Stil und die Technik.

Ab La Danza 1 (Bronze) tanzt Du in unserem Club.

Mindestlaufzeit 4 Monate, danach jeden Monat kündbar.

Wir garantieren dir mindestens 36 Unterrichtseinheiten im Jahr. Komme so oft du willst.

Clubbeitrag: 75 Min. fortlaufender Unterricht für mtl. € 45,- p.P.

LA DANZA 1 BRONZE

Montag	19:15 Uhr
Dienstag	19:00 Uhr

LA DANZA 3 GOLD

Freitag	20:30 Uhr
Sonntag	20:30 Uhr

LA DANZA 4 GOLD-STAR

Freitag	19:15 Uhr
---------	-----------

TANZKREISE ERWACHSENE

Montag	21:00 Uhr
Dienstag	20:30 Uhr
Mittwoch	19:15 Uhr
Mittwoch	20:30 Uhr
Donnerstag	20:30 Uhr
Freitag	19:15 Uhr
Sonntag	17:30 Uhr
Sonntag	19:00 Uhr



Privat- unterricht

Ein Ball steht an? Eine Firmenfeier, Hochzeit oder dergleichen? Oder auch wenn es nur der letzte Feinschliff ist – in einer Privatstunde bist du der Chef im Saal – bestimme selbst, was getanzt wird.

50 Minuten für € 80



Lindy Hop

Lindy Hop ist ein schwungvoller, lebensfroher Swing-Tanz der 30er Jahren. Er kann energisch und dynamisch oder aber auch lässig und geschmeidig sein. Er bietet viel Freiheit und Raum für Improvisationen. Es ist ein „Social Dance“, bei dem Partnerwechsel üblich sind und Spaß und die Gemeinschaft eine wichtige Rolle spielen.

STUFE 1 EINSTEIGER

Di	20:30 Uhr	24.02.2026	6 x 45 Min.	€ 75,- p. P.
Mo	20:30 Uhr	27.04.2026	6 x 45 Min.	€ 75,- p. P.

STUFE 2 MITTELSTUFE

Di	20:30 Uhr	28.04.2026	6 x 45 Min.	€ 75,- p. P.
----	-----------	------------	-------------	--------------

LINDY HOP-CLUB

Der Einstieg in den Lindy Hop-Club ist mit Vorkenntnissen jederzeit möglich.

Clubbeitrag: 60 Min. fortlaufender Unterricht für mtl. € 39,- p. P.

Montag	19:00 Uhr
Mittwoch	18:50 Uhr



Salsa

Wir unterrichten vorwiegend Salsa Cubana, ein lebendiger energiegeladener Tanz voller Rhythmus und Lebensfreude, mit afro-kubanischen Wurzeln.

STUFE 1 EINSTEIGER

Mi	20:15 Uhr	14.01.2026	6 x 45 Min.	€ 75,- p. P.
----	-----------	------------	-------------	--------------

STUFE 2 MITTELSTUFE

Mi	20:15 Uhr	04.03.2026	6 x 45 Min.	€ 75,- p. P.
----	-----------	------------	-------------	--------------

SALSA-CLUB

Der Einstieg in den Salsa-Club ist jederzeit möglich.

Clubbeitrag: 45 Min. fortlaufender Unterricht für mtl. € 32,- p.P.

Montag 20:15 Uhr

Latino

Tanzen wie im Urlaub – mit Musik, die dich sofort mitreißt, und Bewegungen, die unter die Haut gehen.

Unsere Latino-Kurse bringen Salsa, Bachata, Kizomba und mehr direkt zu dir – mit Spaß, Leichtigkeit und ganz viel Herzblut.

STUFE 1 EINSTEIGER

So	20:30 Uhr	18.01.2026	6 x 60 Min.	€ 95,- p. P.
----	-----------	------------	-------------	--------------

STUFE 2 MITTELSTUFE

So	20:30 Uhr	08.03.2026	6 x 60 Min.	€ 95,- p. P.
----	-----------	------------	-------------	--------------

Discofox

Im Einsteigerkurs zeigen wir den Grundschrift und erste Figuren. In den folgenden Kursen kommen weitere dynamische Figuren und Techniken hinzu.

STUFE 1 EINSTEIGER

So	18:00 Uhr	18.01.2026	6 x 45 Min.	€ 75,- p. P.
----	-----------	------------	-------------	--------------

STUFE 2 MITTELSTUFE

So	18:00 Uhr	08.03.2026	6 x 45 Min.	€ 75,- p. P.
----	-----------	------------	-------------	--------------

Tango Argentino



TANGO ARGENTINO CLUB (14-TÄGIG)

120 Min. Unterricht für € 40,- p.P. pro Unterrichtseinheit
 Fortlaufender Kurs, der Einstieg ist jederzeit möglich.
 Terminabsprache direkt mit dem Fachlehrer Andreas Ernst:
 0179-3925639

Samstag	10:00-12:00 Uhr
---------	-----------------



Fit & Dance

Mit der Unterstützung einer fetzigen Musikkollektion aus mitreißenden Club- und Housebeats, aus Pop, Rock, Funk & Soul und nicht zu vergessen feurigen lateinamerikanischen Rhythmen lassen sich die Choreografien gleich leichter umsetzen. Einstieg jederzeit möglich. Sie können gerne eine kostenlose Schnupperstunde machen. 50 Min. wöchentlicher fortlaufender Unterricht für mtl. € 37,- p.P.

Mittwoch	20:00 Uhr
Donnerstag	18:30 Uhr

Modern Line Dance

Keine Grundkenntnisse notwendig.

Clubbeitrag: 50 Min. wöchentlich fortlaufender Unterricht für mtl. € 37,- p. P.

In dieser neuen, also modernen Form wird zu genreübergreifender Musik getanzt. Wie beim Original tanzt man ohne Partner und in Linie. Die schwungvollen kleinen Choreografien, die u.a. auch Elemente des Gesellschaftstanzes aufgreifen, sind schnell erlernt.

STUFE 1 EINSTEIGER

Freitag	16:00 Uhr *ab Januar 2026
---------	---------------------------

STUFE 2 MITTELSTUFE

Donnerstag	19:30 Uh
Freitag	17:00 Uhr





Kundalini Yoga

Kundalini Yoga ist eine ganzheitliche Praxis, die Bewegung, Atem, Meditation und Mantra verbindet. Sie stärkt Körper und Geist, fördert innere Balance und hilft Stress abzubauen. Durch bewusste Übungen wird die Lebensenergie aktiviert und ein tiefes Gefühl von Klarheit, Vitalität und Verbundenheit erfahrbar.

Clubbeitrag: 90 Min. fortlaufender Unterricht für mtl. € 45,- p.P.

Weitere Infos: www.tanzhaus-la-danza.de oder per Mail info@tanzhaus-la-danza.de

Dienstag 18:30 Uhr

Mittwoch 09:30 Uhr

Freitag 18:30 Uhr

Kundalini Yoga 60Plus

(kein Schneidersitz/Fersensitz)

Kundalini Yoga 60+ rund um den Stuhl ist besonders gut geeignet für ältere Menschen, Späteinsteiger oder Menschen mit eingeschränkter Bewegungsmöglichkeit.

Montag 09:30 Uhr

Party Time

TANZABENDE FÜR GESELLSCHAFTSTANZ (STANDARD/LATEIN)

Samstag ab 20:00 Uhr bis 23:00 Uhr

Eine gute Gelegenheit für alle Tanzliebhaber zum Üben, zum Perfektionieren oder einfach nur zum „Schwofen“ und Genießen.

Die nächsten Termine:

17. Januar / 15. Februar (Schlemmerparty)

14. März / 30. Mai

KARNEVAL-SCHLEMMER-PARTY

Sonntag, 15. Februar 2026, 18:11 Uhr bis 22:11 Uhr

Unsere traditionelle Karneval-Schlemmer-Party mit Mitbringbuffet für unsere Gesellschaftstänzer. Verkleiden ausdrücklich erlaubt.

JUBILÄUMSBALL

Mit einem Jubiläumsball am 17. April 2026 feiern wir 25 Jahre Tanzhaus La Danza.

Freuen Sie sich auf einen festlichen Jubiläumsball mit Musik, Tanz und abwechslungsreichem Programm. Feiern Sie mit uns ein Vierteljahrhundert Tanz, Leidenschaft und Gemeinschaft – wir freuen uns auf einen glanzvollen Abend mit Ihnen.

TANZ IN DEN MAI

Donnerstag, 30. April 2026

Begrüßen sie den Wonnemonat Mai mit Musik, Tanz und guter Stimmung! Freuen Sie sich auf einen schwungvollen Abend voller Rhythmus, wir freuen uns darauf gemeinsam mit Ihnen in den Mai zu tanzen!

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage.



Party Time Jugendliche

WELCOME XL JUGEND PARTY

Am 31. Januar 2026

19:00 bis 22:00 im Gewölbekeller

Die Willkommensparty für unsere Einsteiger.
Feiert mit allen Jugendlichen im Tanzhaus.

Mixed music by dj matzUp

MITTELPARTY

Am 21. Februar 2026

17:00 bis 21:00 Uhr im Gewölbekeller

Man nennt es auch das Bergfest des Jugendanfängerkurses.
Genau zur Halbzeit legen wir Musik für Gesellschaftstanz und
Disco auf. Ein weiteres Highlight sind die ersten Schritte für
die Française, die am Premierenball aufgeführt wird.

Aber den absoluten Höhepunkt, das Wichtigste des Abends,
dürft ihr niemandem verraten: es ist das berühmt berüchtigte
Mitbringbuffet.

½ & ½ JUGENDPARTY

Am 11. April 2026

Von 19:00 bis 22:00 Uhr im Gewölbekeller

Achtung! Achtung! Dies ist die letzte Party vor dem
Premierenball!

Halb Gesellschaftstanz, halb Disco – Freunde treffen,
Spaß haben und das Tanzen feiern! Die ideale Möglichkeit, zu
aktueller Musik das Erlernte auszuprobieren und zu üben.

Alle Daten ohne Gewähr! Terminänderungen sind möglich!
Es gelten die AGB.

Gutscheine

Sie suchen ein originelles Geschenk? Wir bieten für alle unsere Kurse Gutscheine an – wenden Sie sich einfach an unser Team.

A young couple is shown in formal attire. The woman, on the left, has long, wavy brown hair and is wearing a light pink, sleeveless dress with a large, ruffled collar. She is smiling and looking towards the right. The man, on the right, has short brown hair and is wearing a dark suit jacket, a white shirt, and a red tie. He is looking down and to the right. The background is dark and out of focus, suggesting an indoor event.

FREIES TRAINING

Du tanzt super gerne und willst noch etwas mehr?
Dann komm in unser freies Training. Hier kann
man seiner Tanzleidenschaft freien Lauf lassen.
75 Min. wöchentliches, fortlaufendes
Training. Für alle Club-Mitglieder kostenlos.

Mittwoch 16:30 Uhr für Jugend

JUGEND FORMATION

Studiere als Gruppe neue Standard- und
Lateinchoreographien zu verschiedenen
musikalischen Themen ein und bringe sie
als Team auf die Bühne.

90 Min. wöchentlicher fortlaufender Unterricht.
Teilnahme nur nach Absprache möglich.

Samstag 09:45Uhr

Jugend Gesellschaftstanz

EINSTEIGERKURS

Tanzen können ist nicht nur cool. Tanzen lernen mit Freunden zu aktueller Musik in unserem beliebten Gewölbekeller mit Partyambiente macht einfach Spaß.

Du lernst die Grundschrirte und erste Figuren der wichtigsten Gesellschaftstänze wie Cha-Cha-Cha, Rumba, Jive, Walzer, Tango, den Klassiker Discofox, sowie angesagte Party- und Modetänze.

Mi	18:00 Uhr	21.01.2026	14 x 75 Min.	€ 145,- p. P.
So	18:00 Uhr	25.01.2026	14 x 75 Min.	€ 145,- p. P.

Fortgeschrittene/ Medaillenstufen

Hier gibt es den Feinschliff für das schon bestehende Können sowie neue Figuren, Tricks und Kniffe für euren perfekten Tanz-Auftritt. Es kommen Salsa und Samba neu hinzu.

Ab dem Fortgeschrittenen Kurs seid ihr im Clubsystem. Mindestlaufzeit 4 Monate, danach jeden Monat kündbar. Clubbeitrag: 75 Min. fortlaufender Unterricht für mtl. € 39,- p. P.

Do	17:30 Uhr	08.01.2026
Di	17:30 Uhr	13.01.2026

In unseren Medaillenkursen zeigen wir, wie man die Tanzkenntnisse der Aufbau- und Fortgeschrittenenkurse kreativ einsetzen kann - neue Schritte und Figuren inklusive. Und am Ende gibt es dafür unser Tanzdiplom. Damit zeigt ihr, dass ihr es "drauf" habt!

LA DANZA 2 SILBER

Mo	17:30 Uhr
----	-----------

LA DANZA 4 GOLDSTAR

Fr	17:45 Uhr
----	-----------

JUGEND CLUB

Fr	16:30 Uhr
----	-----------



HipHop / Videoclip Turniergruppen

Der Einstieg und eine kostenlose Schnupperstunde ist jederzeit möglich.

Clubbeitrag:

50 Min. wöchentlicher fortlaufender Unterricht für mtl. € 35,- p. P.

90 Min. wöchentlicher fortlaufender Unterricht für mtl. € 46,- p. P.

Komme zu HipHop so oft du willst für nur € 59,- p. P. im Monat
(HipHop Flatrate)

Komme zu HipHop, New Style & Contemporary so oft du willst für
nur € 69,- € p. P. im Monat (All Style Flatrate)



Geburtstag

Erlebe einen zauberhaften
Geburtstag mit deiner
Lieblingsmusik und den
passenden Bewegungen dazu.
4 - 18 Jahre / 90 min. 120,- €
ab dem 12. Kind 10,- €
zusätzlich pro Person.

HIPHOP / VIDEOCLIP

7 - 9 Jahre	Mittwoch	17:00 Uhr
7 - 9 Jahre	Mittwoch	18:00 Uhr
9 - 13 Jahre	Dienstag	15:00 Uhr
10 - 13 Jahre	Donnerstag	16:30 Uhr
11 - 13 Jahre	Montag	17:00 Uhr ab Januar
14 - 17 Jahre	Dienstag	17:00 Uhr
14 - 18 Jahre	Donnerstag	17:30 Uhr
ab 18 Jahre	Dienstag	19:00 Uhr

Neu

HipHop Showformation

Hier liegt der Schwerpunkt auf der gemeinsamen Erarbeitung einer Show mit Auftrittsmöglichkeiten auf Bällen/Veranstaltungen

SHOWFORMATION „OBSESSION“

AB 14 JAHRE

50 Min. wöchentlicher
fortlaufender Unterricht

Montag 18:00 Uhr



HipHop Turniergruppen

TURNIERTRAINING „DYNAMIC CHARGE“

11 - 15 JAHRE

50 Min. wöchentlicher fortlaufender Unterricht

Dienstag 16:00 Uhr

TURNIERTRAINING „KINETIC ENERGY“

16 - 20 JAHRE

50 Min. wöchentlicher fortlaufender Unterricht

Dienstag 18:00 Uhr

TURNIERFORMATION „SOME HUMANS“

AB 16 JAHRE

120 Min. wöchentlicher fortlaufender Unterricht.

Samstag 10:00 Uhr





New Style Dance

FEAT TIKTOK

New Style Dance verbindet unterschiedliche Tanzstile (Streetdance, HipHop, Lyrical u.a.). Beats, Melodie und Text werden dabei in coole Moves verpackt.

HipHop-Vorkenntnisse erforderlich

Im Anschluss des Kurses: Unter den versierten Augen von @Matzepka (100.000 Follower auf TikTok) erfährst du auch was es braucht, um bei TikTok erfolgreich zu werden.

Clubbeitrag: 90 Min. wöchentlicher Unterricht für mtl. € 46,- p.P.

ab 16 Jahre

Samstag

12:00 Uhr

Contemporary

Contemporary ist ein Ausdruckstanzstil, der Elemente verschiedener Tanzgenres wie Ballett, Jazz oder Modern kombiniert.

Clubbeitrag: 50 Min. wöchentlicher Unterricht für mtl. € 35,- p.P.

ab 14 Jahre

Mittwoch

19.00 Uhr

Kreativer Kindertanz

Kindertanz schult die körperlichen Fähigkeiten und ergänzt frühkindliche Bewegungsmuster. Im Vordergrund stehen die freie tänzerische Entfaltung und die Freude an der Bewegung.

Ab dem 8. Lebensjahr seid ihr fit für HipHop/Videoclip.

Clubbeitrag: 50 Min. wöchentlicher Unterricht für mtl. € 35,- p.P.

4 Jahre

Montag

16:00 Uhr ab Januar

Neu

5 Jahre

Donnerstag

15:30 Uhr

6 Jahre

Mittwoch

16:10 Uhr





Tanzhaus La Danza

Tanzhaus La Danza

Mitglied im Berufsverband Deutscher Tanzlehrer e.V. 

Kaiserslauterer Str. 1 / 67098 Bad Dürkheim / Tel. 06322 8888
info@tanzhaus-la-danza.de / www.tanzhaus-la-danza.de

Bürozeiten:

Unsere aktuellen Bürozeiten findet ihr auf unserer Homepage:
www.tanzhaus-la-danza.de

Bankverbindung:

Tanzhaus La Danza, Katja Hillenkamp
VR Bank Mittelhaardt eG
IBAN: DE47 5469 1200 0112 0947 09
BIC: GENODE61DUW

Alle Daten ohne Gewähr.
Terminänderungen sind möglich.
Es gelten die AGB.

WEINBAR SCHÖNE ANNA

Öffnungszeiten und Infos:
weinbar-schoene-anna.de