

Trainingsprogramm Kids Dance OST

August-Dezember 2024

Mittwoch 18.00 - 19.30 Uhr

Stand: 11.08.2024

Datum	Inhalt / Anlass	Ort:	Leiterin:
14.08.2024	Einstieg: Choreo Grundschrirte und Bewegungsformen / Pirouetten	Schulhaus Bühl	AHo
21.08.2024	Grundschule: Standarten / Liegearten / Sitzarten /Schwingen / Kreisen	Schulhaus Bühl	AHo
28.08.2024	Grundschule: Stützarten / Armhaltung / Gangarten Gleichgewichtselemente	Schulhaus Bühl	AHo
04.09.2024	Grundschule: Beugearten / Laufarten / Hüpfarten / Sprünge (Standortgespräche Neuzugänge)	Schulhaus Bühl	AHo
11.09.2024	Akrobatikelemente / Geräteturnen	Schulhaus Bühl	AHo
18.09.2024	Technische Elemente/ Hiphop / Jazz/ Contemporary	Schulhaus Bühl	AHo
25.09.2024	Herbstferien		
02.10.2024	Herbstferien		
09.10.2024	Herbstferien		
16.10.2024	Wettkampftraining Gymnastik	Schulhaus Bühl	AHo/FMe
23.10.2024	Wettkampftraining Gymnastik	Schulhaus Bühl	AHo/FMe
30.10.2024	Wettkampftraining Gymnastik	Schulhaus Bühl	AHo/FMe
02.11.2024	Papiersammlung für alle obligatorisch	Schulhaus Bühl	alle
06.11.2024	Wettkampftraining Gymnastik	Schulhaus Bühl	AHo/FMe
13.11.2024	Wettkampftraining Gymnastik	Schulhaus Bühl	AHo/FMe
20.11.2024	Wettkampftraining Gymnastik	Schulhaus Bühl	AHo/FMe
27.11.2024	Wettkampftraining Gymnastik	Schulhaus Bühl	AHo/FMe
04.12.2024	Chlousehöck	sep. Information	alle
11.12.2024	Jugi Cup Teil II	Schulhaus Bühl	AHo/FMe
18.12.2024	Wettkampftraining Gymnastik	Schulhaus Bühl	AHo/FMe
25.12.2024	Weihnachtsferien		
01.01.2025	Weihnachtsferien		

Jedes Training ist folgendermassen aufgebaut:

Aufwärmen, Kraft, Bewegungsförderung, Tanztraining und wenn möglich Abschlusspiel

Andrea Hofer

079 734 84 76

aja.hofer@bluewin.ch

Fabia Menth

078 953 43 93

fabinathi26@gmail.com