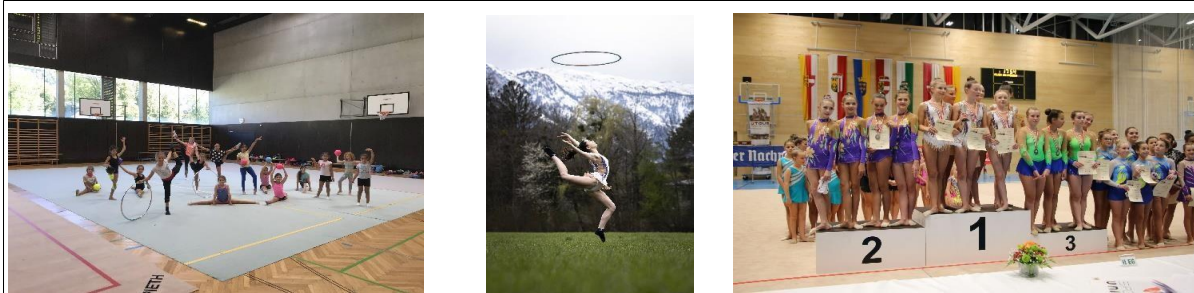


## Rhythmische Gymnastik + Showdance 21.9.2022 - 7.7.2023

*eigenes Ferientrainingsprogramm 17.7.23 - 9.9.2023*



### Rhythmische Gymnastik + Showdance - Mädchen 6 - 9 J

<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Halle</u>	<u>Trainingsinhalt</u>	<u>Trainer</u>	<u>Beitrag/Sem</u>
Montag	15:00 - 17:00	SZM - MZR-20G	Koord., Bewegl.	Steffi, Christina	in Arbeit

### Rhythmische Gymnastik + Showdance - Anfängerinnen, Mädchen 5 - 8 J

<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Halle</u>	<u>Trainingsinhalt</u>	<u>Trainer</u>	<u>Beitrag/Sem</u>
Dienstag	16:00 - 17:00	SZM - MZR-20G	Koord., Bewegl.	Gabi	in Arbeit

### Rhythm. Gymnastik + Showdance - Gruppe Miniflash, Mädchen 7 - 9 J

<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Halle</u>	<u>Trainingsinhalt</u>	<u>Trainer</u>	<u>Beitrag/Sem</u>
Dienstag	15:30 - 17:30	SZM Halle A	Koord., Bewegl. Sprungkraft	Andrea, Julia	in Arbeit
Mittwoch	15:30 - 17:00	SZM - MZR-20G			

### Rhythm. Gymn. + Showdance - Gruppe - Girlsflash Mädchen 10 - 13 J

<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Halle</u>	<u>Trainingsinhalt</u>	<u>Trainer</u>	<u>Beitrag/Sem</u>
Montag	17:00 - 19:00	SZM GymH.	Koord., Bewegl. Sprungkraft, wett- kampforientiert	Andrea, Julia	in Arbeit
Mittwoch	17:00 - 19:00				
Freitag	16:00 - 18:00	LSO Halle			



### Rhythm. Gymn. + Showdance - Gruppe - Danceflash Mädchen ab 14 J

<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Halle</u>	<u>Trainingsinhalt</u>	<u>Trainerin</u>	<u>Beitrag/Sem</u>
Dienstag	18:00 - 20:00	LSO Halle	Beweglichkeit. Sprungkraft, Choreographie	Julia, Andrea	in Arbeit
Mittwoch	16:00 - 18:30	SZM Halle A		Nina, Steffi	
Freitag	18:00 - 20:00	LSO Halle		Julia, Andrea	

### Rhythm. Gymnastik + Showdance - Leistungsgruppe Mädchen ab 14 J

<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Halle</u>	<u>Trainingsinhalt</u>	<u>Trainerin</u>	<u>Beitrag/Sem</u>
Dienstag	18:00 - 20:00	LSO Halle	Gruppen - Wettkampf und Choreographie training	Gabi	in Arbeit
Mittwoch	17:00 - 19:00	SZM GymH.			
Freitag	15:00 - 17:00	SZM Halle B			
Samstag	09:00 - 12:00	SZM Halle A			