

Trainingsplan Showdance ab 9.9.24 - 5.7.25



Showdance - Anfänger Mädchen 5 - 10 J (ev. auch Bu)

Tag	Uhrzeit	Halle	Trainingsinhalt	Trainer	Beitrag / Sem
Montag	15:00 - 17:00	SZM GymH.	Koordination, Beweglichkeit	Martine Sabine, Laura	Sem=5 Monate
Donnerstag	15:15 - 17:30	SZM MZR 2.OG			in Arbeit

Showdance - Schülerkader Mä + Bu 6 - 12 J, Fortgeschr.

Tag	Uhrzeit	Halle	Trainingsinhalt	Trainer	Beitrag/Sem, Sem=6 Monate
Montag	15:00 - 17:00	SZM GymH.	Koordination, Beweglichkeit, wettkampfor.	Martine, Laura, Sabine	Sem=6 Monate
Montag	17:00 - 18:00	SZM MZR 2.OG			
Dienstag	18:00 - 20:00	VS -Parsch			
Freitag	14:30 - 16:30	SZM GymH.			
Samstag	09:00 - 11:00				



Showdance - Leistungsgruppe - Mädchen + Burschen 10 - 18 J

Tag	Uhrzeit	Halle	Trainingsinhalt	Trainer	Beitrag/Sem, Sem=6 Monate
Donnerstag	17:00 - 19:00	SZM GymH.	Gruppen - Wettkampf und Choreotraining	Martine Ike, Laura Ike	Sem=6 Monate
Freitag	17:30 - 19:30				
Samstag	11:00 - 14:00				in Arbeit

Showdance mit reduziertem Training in den Sommerferien 2024
vorbehaltlich Änderungen bei Hallenzeiten und Übungsleiter/Innen

homepage: <https://jugend.tgus.sportunion.at>

homepage: <https://erwachsene.tgus.sportunion.at>