



Realschule plus Bobenheim-Roxheim
Kooperative Realschule

AG-Angebot:

Pilates und Tanzen

AG-Leitung:

S. Henzler-Pfrang

Wochentag:

Mittwoch

Uhrzeit:

14.20 – 15.50 Uhr

Ort:

Gymnastikhalle der Turnhalle

Treffpunkt:

Auf dem Schulhof entsprechend dem Aufstellplatz
Weg zur Sporthalle nur in Begleitung der AG-Leitung!

Stufe:

5+6+9+10 (nur Mädchen)

Voraussetzungen:

Lust sich stark zu machen und zu tanzen

Ausrüstung:

leichte Sportsachen, Hallenturnschuhe

Kosten:

keine

Tel.: 06239 - 92670 - Fax: 06239 – 926724

Home: www.realschuleplus-bobrox.de

E-Mail:

Beschreibung:

Hallo liebe Schülerinnen,

habt ihr Lust euren Körper zu stärken, zu tanzen und wollt euch bewegen?

Dann seid ihr bei Pilates und Tanzen genau richtig!

Mit **Pilates** könnt ihr eure Muskeln stärken, Stress abbauen und eure Konzentration verbessern. Ihr trainiert eure Körperhaltung, Koordination, Beweglichkeit und euer Gleichgewicht.

Mit **Tanzen** erhöht ihr eure Grundkondition. Wir benutzen für die Choreos Elemente des Aerobic, Hip-Hop, Salsa, Samba, Mambo und vieles andere.

Es gibt auch genügend Freiraum, um eigene Choreos zu euren Lieblingssongs zu machen.

Ich freue mich auf jeden von EUCH!

Der Spaß steht im Vordergrund der AG !!! ☺



Tel.: 06239 - 92670 - Fax: 06239 - 926724

Home: www.realschuleplus-bobrox.de

E-Mail: