

An die Schüler der
Eiskunstlaufklassen
Von Frau Steer



Im April 2017

Eisfrei Training mit Ballett

Klassisches Ballett für Eiskunsläufer:

Wir bieten Euch in den kommenden 5 Monaten Mai bis Oktober (ohne August) ein cooles körperbildendes Trockentraining an.

Das Training ist hart aber hält eure Muskeln währende der Eisfreien Zeit fit für die neue Saison.

In unserem Unterricht trainieren wir Klassisches Ballett nach der Vaganova Methode, Spitzentanz ab 10 Jahren , Stretching, Übungen für Drehungen, Kraft für Beine und Rücken, Armcoordination und Eleganz , Schauspielübungen für euren tänzerischer Ausdruck.

Ihr braucht dazu nur eine helle Ballettstrumpfhose ohne Fuss! Und ein enges Tanztrikot wenn möglich auch schwarz ohne Ärmel. Leihtrikots von uns möglich.

Training ist ab dem 29.April. ersten Samstag nach den Osterferien.
Tarining in 2 Gruppen immer Samstags 13.30 / 14.30 in den Räumen der Teakwondoschule in der inneren Münchnerstrasse. Ballettsaal.

Kosten für 5 Monate 150.- Euro pro Kind Mai bis Oktober. In den Ferien ist kein Training. Ausser zu Nachholstunden.

Schnuppertraining am Samstag 29.4. 13.30 Uhr. Und 14.30 Uhr.
Bitte meldet euch ganz kräftig an: Zur Kinder Gruppe 1 : Jüngere ab 6 Jahre
Gruppe 2: Jugendliche (zur Einteilung bitte bei Frau Steer anmelden)

Mit tänzerischen Grüßen

Jutta Kabutke
Ballettanzschule
Mobil .: 0151.15543805
info@ballettanzschule.de
Und das Lehrerteam

