

# **Probeplan Sonntag , 2. März 2014**

## **„Mit dem Bär über die Grenze“ Gesp. Bär**

**8.30 Uhr Frühstück**

**9.00 - 9.30 Uhr Zimmerreinigung , einpacken**

**9.30 - 9.50 Uhr Vorbereitung der Sporthalle**

**9.30 - 9.50 Uhr Coaches Meeting**

**9.50 Uhr - Treffens Sporthalle Mikulášovice**

**10.00 - 10.10 Uhr warm-up mit ( Nikola , Šárka)**

**10.10 - 10.45 Uhr Tanzunterricht Duo-Tanz ( Líba, Marie)**

**( 1x tschechische kind + 1x deutsches kind )**

**- aerobic - Schritte, Drehungen , Sprünge**

**- Ballett**

**10.45 – 10.50 Uhr Pause**

**11.00 - 11.50 Uhr Einübung - Generalprobe**

**( Líba , Wolfgang, Marlies , Marie )**

**gemeinsam Auftritt**

**11.50 - 12.00 Uhr Pause**

**12.00 - 13.00 Uhr wiederholen, Abschluss**

# Probeplan Sonnabend, 1. März 2014

## „Mit dem Bär über die Grenze“ Gesp. Bär

08.45 Uhr Vorbereitung der Sporthalle

- Umkleide warm
- lüften
- Matten legen 2 x Sprungbahn Longen und Trapezbereich
- Kästen für Wurfarbeit
- Bänke zur Abtrennung Tanzfläche
- Tongeräte aufbauen
- Mülltüten in jeden Raum + Entsorgung!

09.30 Uhr Eintreffen Schüler (keiner zu spät!)

09.50 Uhr Einweisung für den Probetag

10.00 Uhr Lockerung , Erwärmung (Vivian Lang)

10.05 Uhr – 10.45 Uhr Tempospringen 2 Gruppen (Borm/Knittel)

10.30 Uhr – 10.45 Uhr Leistung Sprungreihe

10.50 Uhr – 12.00

- Trio Einzelprobe Knittel
- Duo Longenprobe (?)
- Jenny Trapez Knittel
- Pyramidenarbeit Borm
- Cheerleaders oder Tanz Liba

12.00 Uhr – 12.05 Uhr Pause

12.05 Uhr – 13.00 Uhr Ganz program stars – Wplfgang ,  
Deutsche kinder - Liba

**13.00 Uhr bis 14.30 Uhr Mittagspause**

14.30 Uhr – 15.00 Uhr - Programm

15.00 Uhr – 16.30 Uhr - Liba – Schüler zu Wolfgang und Marlies Wurf und Sprung  
Wolfgang kinder zu Liba

16.30 Uhr bis 16.45 Uhr Pause

16.45 – 18.00 Uhr

Trio – Duo- Jenny Einzelprobe Wolfgang

Pyramiden 5 Nummerndurchläufe

Liba Tanz – Cheerleaders

18.10 - Aufräumen der Halle (Kontrolle!)

- Geräte
- WC
- Umkleide (Müll)
- Licht – Fenster

Abfahrt nach Nixdorf mit dem Bus