

Probeplan Sonntag , 9. Ferbruar 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 Dolní Poustevna

10.00 - 10.10 Uhr warm-up mit (Eliška + Makéta)

10.10 - 10. 45 Uhr Tanzunterricht Duo-Tanz (Líba, Marie)
(1x tschechische kind + 1x deutsches kind)
- disco dance
- Ballett, Drehungen , Sprünge
- polka, Valc, rok ,hip hop

10.45 – 10. 50 Uhr Pause

11.00 - 11.15 Uhr Einübung - Generalprobe
(Líba , Wolfgang, Marlies , Marie)
gemeinsam Auftritt

11.15 – 11.50 Uhr Wettbewerb

11.50 - 12.00 Uhr Pause

12.00 - 12.30 Uhr Wiederholung der neuen Elemente

13.00 Uhr ENDE - Reinigung , Abschluss

Probeplan Sonnabend, 8.Ferbruar 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 - Leistung für geladene Gäste

13.00 Uhr bis 14.30 Uhr Mittagspause

14.30 Uhr – 16.30 Uhr - Akrobatikschüler zu Liba

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

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