

# RYTMISK GYMNASTIK BASIC

## KURSPLAN

Inledning	½ lektion
Kroppsörelser, teori och praktik <i>Hopp, balanser piruetter, flexibilitet, akrobatik</i>	2 lektioner
Handredskap, teori och praktik <i>Rep, tunnband, boll, känglor, band</i>	5 lektioner
Alternativ bedömning och kontrollfrågor	1 lektion
Sammanfattning och avslut	½ lektion
<hr/>	
Totalt	9 lektioner