

KVINNLIG
ARTISTISK
GYMNASTIK
STEG 1

KURSPLAN

Inledning	½ lektion
Ledarskap	1 lektion
Psykisk färdighetsträning	1 lektion
Barn och ungdomars utveckling	½ lektion
Grundläggande gymnastik	1 ½ lektion
Tester	½ lektion
Matta	6 lektioner
<i>Rörelseskolning:</i>	
Trampolin	2 lektioner
Hopp	2 lektioner
Bom	3 lektioner
Barr	4 ½ lektioner
Prov	1 lektion
Sammanfattning och avslutning	½ lektion
<hr/>	
Totalt	24 lektioner

