

MANLIG
ARTISTISK
GYMNASTIK
BASIC

KURSPLAN

Inledning
Presentation
Teknik fristående
Teknik bygelhäst
Teknik ringar
Teknik hopp
Teknik barr
Teknik räck
Teknik trampolin
Styrka
Sammanfattning och avslutning

Totalt

8 lektioner