

TRUPP-
GYMNASTIK
FRISTÅENDE
STEG 3

KURSPLAN

Inledning	½ lektion
Teknik: <i>Kropps- och bålrörelser, svårigheter och förflyttningar, hopptechnik, det tekniska seendet</i>	6 lektioner
Rörelse/koreografi: <i>Det koreografiska seendet, perfektionsfasen, effekter/formationer</i>	9 lektioner
Resurstid	2 lektioner
Sammanfattning och avslut	½ lektion
<hr/>	
Totalt	18 lektioner