

Kids / Teens Jumping

Kursbeschreibung

Im Jumping Kids und Teens wird auf spielerische Weise die motorische Fähigkeit der Kinder und Jugendlichen auf und am Trampolin gefördert. Mit Spiel und Spass sowie mit kleinen Choreografien werden Tiefenmuskulatur, Sehnen und Bänder gestärkt, die Kondition verbessert und das Gleichgewicht geschult. Das Trampolining weckt und fördert die Bewegungsfreude und eignet sich ebenfalls sehr gut als Ergänzung zum Tanztraining.

Kursinformationen

Jumping Kids: Für Kinder ab 5 Jahren
Dienstag, 16.00-17.00 Uhr

Jumping Teens: Für Jugendliche ab 11 Jahren
Dienstag, 17.00-18.00 Uhr

Kursleitung: Tanja Tschumi

