



Österreichischer Behindertensportverband
Fachausschuss Amputierten- und Rollstuhlsport
Referat Rollstuhltanzen

Kerstin Govekar
5424 Bad Vigaun, Baumhofenweg 36
Email: k.govekar@aon.at
mobil: 0676 / 669 34 96
privat: 06245 / 73 628

Zeitplan 25.08.2018

Zeit	wer	Bemerkungen
10:00 – 10:30 Uhr	Ges. Team	Begrüßung aller Teilnehmer
10:30 – 12:30 Uhr	Ges. Team	Basic Rollstuhlhandling & Kombitanzen (Einweisung/Wiederholung)
12:30 – 13:30 Uhr	PAUSE	Ges. Team
14:30 – 16:30 Uhr	Ges. Team	Basic Rollstuhlhandling & Kombitanzen (Einweisung/Wiederholung)
16:30 – 17:30 Uhr	Ges. Team	Qualität der Bewegung „der kleine Unterschied“
17:30 – 18:00 Uhr	Ges. Team	Pause
18:00 – 20:00 Uhr	Ges. Team	Wettkampfsimulation/Durchtanztraining

Zeitplan 26.08.2018

Zeit	wer	Bemerkungen
10:00 – 10:30 Uhr	Ges. Team	Wettkampfvorbereitung, Präsentation
10:30 – 12:30 Uhr	Ges. Team	Wettkampfsimulation/Durchtanztraining
12:30 – 13:00 Uhr	Pause	
13:00 – 14:30 Uhr	Ges. Team	Kraft- Ausdauertraining/Pyramide
14:30 – 15:00 Uhr	Ges. Team	Zusammenfassung, Verabschiedung
15:00 – 17:30 Uhr	Leistungsklasse	Freestyle (Sanja; Sanja+Robert)
17:30 – 18:00 Uhr	Abbau der Halle	