

Kočky v pohybe

Pondelok

07:45 – 08:30	Príchod detí do Apollo Klub
08:30 – 9:30	Spoločné hry na zoznámenie – vytvoríme si prezývky
09:30 – 10:00	Desiata
10:00 – 11:00	Teória – správne držanie tela, vystieranie rúk, napínanie špičiek
11:00 – 12:00	Ľahké gymnastické prvky
12:00 – 13:30	Obed a oddych
13:30 – 14:30	Výber hudby pre spoločnú choreografiu
14:30 – 16:00	Prvé kroky – začíname vymýšľa spoločnú choreografiu
16:00 – 16:30	Olovrant
16:30 – 17:00	Príchod rodičov

Utorok

07:45 – 08:30	Príchod detí do Apollo Klub
08:30 – 09:30	Rozcvička – poriadne sa ponáňujeme
09:30 – 10:00	Desiata
10:00 – 12:00	Spoločná choreografia – pokračujeme v jej vymýšľaní, zopakujeme si kroky
12:00 – 13:30	Obed a oddych
13:30 – 14:30	Mažoretky – točenie s paličkou, práca s pomôckami
14:30 – 16:00	Spojíme čo vieme – ku krokom pridáme trocha gymnastiky a točenie s paličkou

16:00 – 16:30	Olovrant
16:30 – 17:00	Príchod rodičov

Streda

07:45 – 08:30	Príchod detí do Apollo Klub
08:30 – 09:30	Rozcvička – ukážeme svoje obľúbené tanečné kroky
09:30 – 10:00	Desiata
10:00 – 12:00	Spoločná choreografia – trénujeme vonku na čerstvom vzduchu
12:00 – 13:30	Obed a oddych
13:30 – 14:30	Návrh kostýmov na vystúpenie
14:30 – 16:00	Nácvik nástupu – vymyslenie a odprezentovanie vlastného prvku do choreografie
16:00 – 16:30	Olovrant
16:30 – 17:00	Príchod rodičov

Štvrtok

07:45 – 08:30	Príchod detí do Apollo Klub
08:30 – 09:00	Presun do Jump Fun nivy
09:00 – 09:30	Desiata
09:30 – 12:00	Zábava v Jump Fun – gymnastické prvky, rozptýlenie na trampolínach
12:00 – 13:00	Obed a oddych
13:00 – 13:30	Presun naspäť

13:30 – 15:00	Výroba kostýmov na vystúpenie
15:00 – 16:00	Nácvik celej choreografie aj s vlastnými prvkami vonku
16:00 – 16:30	Olovrant
16:30 – 17:00	Príchod rodičov

Piatok

07:45 – 08:30	Príchod detí do Apollo Klub
08:30 – 09:30	Rozcvička na zahriatie
09:30 – 10:00	Desiata
10:00 – 11:00	Skúška spoločnej choreografie
11:00 – 12:00	Výzdoba miestnosti
12:00 – 13:30	Obed a oddych
13:30 – 14:30	Prezliekanie do kostýmov, vlasy, líčenie
14:30 – 15:00	Olovrant
15:00 – 16:00	Posledný nácvik pred vystúpením
16:00 – 16:15	Príchod rodičov
16:15 – 17:00	Vystúpenie pre rodičov

Zmena programu vyhradená