

Sõiduoskuse seminar rull-iluuisutamises

Eesmärk	Sõiduoskuse arendamine rull-iluuisutamises.
Toimumisaeg	02-03.02.2019
Sihtrühm	Eesti rull-iluuisutajad – kõik klubid, kõik vanused (vähemalt 1,5 aastat sõidukogemust).
Hind	64€ (tasumine sularahas seminari alguses).
Koht	Kehra spordihoone (aadress: Spordi 2b, Kehra, 74306).
Min osalejate arv	35
Koolitaja	Cinzia Bernardi Sportlaskarjäär nii üksiksõidus kui paaristantsus: <ul style="list-style-type: none">• Euroopa meister 1978/1979• Maailmameistrivõistlustel kolmas koht 1978/1979 Treeneri karjääri parimad saavutused: <ul style="list-style-type: none">• Maailmameistrivõistlused: 6 kuld-, 8 hõbe- ja 4 pronksmedalit• Maailmamängud: 3 kuldmedalit• Juuniorite maailmameistrivõistlused: 1 kuldmedal• Itaalia meistrivõistlused: 21 medalit
Seminari info:	Keskendumispunktid: <ul style="list-style-type: none">• Korrektnel kehahoiak, -kontroll ja -kalle ning raskuskese• Sammude ja pöörete korrektne tehnika• Hoo säilimine enne ja peale samme ning pöörded• Selgete ja sügavate kantide sooritus• Sammude sooritamine nii päri- kui vastupäeva <p>Treeningud toimuvad kahes tasemegrupis. Rull-iluuisutajad jaotatakse gruppidesse organiseerija poolt vastavalt vanusele ja sõidukogemusele.</p> <p>NB! Selga rulluisuseelik- või kleit.</p> <p>Registreerimise tähtaeg 20.01.2019</p>
Registreerimine	Seminarile registreerimiseks saata e-mail aadressile info@klubifox.com ja lisada osaleja vanus ja sõidukogemus (aastates).

Ajakava

9:00-10:30 – Grupp 1 rull-iluuisutamine
10:30-11:30 – Grupp 2 rull-iluuisutamine
11:30-12:30 – Grupp 1 rull-iluuisutamine
12:30-13:30 – Grupp 2 rull-iluuisutamine
12:45 – Grupp 1 lõunasöök
13:45 – Grupp 2 lõunasöök
14:30-15:30 – Grupp 1 rull-iluuisutamine
15:30-17:00 – Grupp 2 rull-iluuisutamine
17:00-18:00 – Grupp 1 rull-iluuisutamine
18:00-19:00 – Grupp 2 rull-iluuisutamine

Korraldaja

Foxartistic, Info@klubifox.com, +372 566 279 83

