

# Rock'n'Roll Tanztage 2018

# Trainingsplan Sonntag/Training schedule Sunday

Zeit/ Time	Halle 1: Große 3-Fach Sporthalle						Halle 2: Kleine Halle	
	Teil 1		Teil 2		Teil 3		Teil 4	Teil 5
	(A) Longe	(B)	(C)	(D)	(E)	(F) Trampolin	(G) Longe	(H)
09:15 - 09:30	Sammeln/Meeting Point in Halle 1							
09:30 - 10:00	Aufwärmen/Warm-up in Halle 1							
10:00 - 10:15	Wechselpause/Break							
10:15 - 11:45 Block IV	<b>Special-A</b> (Herren/Men's) Jacek	Gruppe2 tänz. Ein- & Ausgänge mit WOW-Effekt Johnny	Gruppe1 Grundlagen Einsteiger Lennart	Gruppe4 Girls-Camp Drehtechnik + Tanzf. mit Drehelement Philipp		Special-A (Damen/Ladies) Trampolin Achim	<b>Special-B</b> Filip	Gruppe3 C-Kugel Antje & Tim
11:45 - 12:00	Wechselpause/Break							
12:00 - 13:30 Block V	<b>Special-A</b> Jacek	Gruppe2 Wickler Tim	Gruppe1 (Herren/Men's) Techniktraining Antje	Gruppe4 Girls-Camp Teller Lennart		Gruppe1 (Damen/Ladies) Trampolin Achim	<b>Special-B</b> Filip	Gruppe3 gezielt Highlights setzen Johnny & Philipp
13:30 - 14:00	Dank an alle Paare und Trainer und Gruppenfotos! <i>Special Thanks and Final pictures!</i>							
14:00- 15:00	Mittagspause/Lunch							
15:00 - 16:30 Block VI	<b>Special-A</b> Jacek	<b>Workshop</b> mit allen Paaren der Gruppe 1,2 und 3!!! Antje, Johnny, Philipp, Lennart, Tim, Harald				Gruppe4 Girls-Camp Trampolin Achim	<b>Special-B</b> Filip	
16:30	Ende der Veranstaltung/End							