

LUFTAKROBATIK

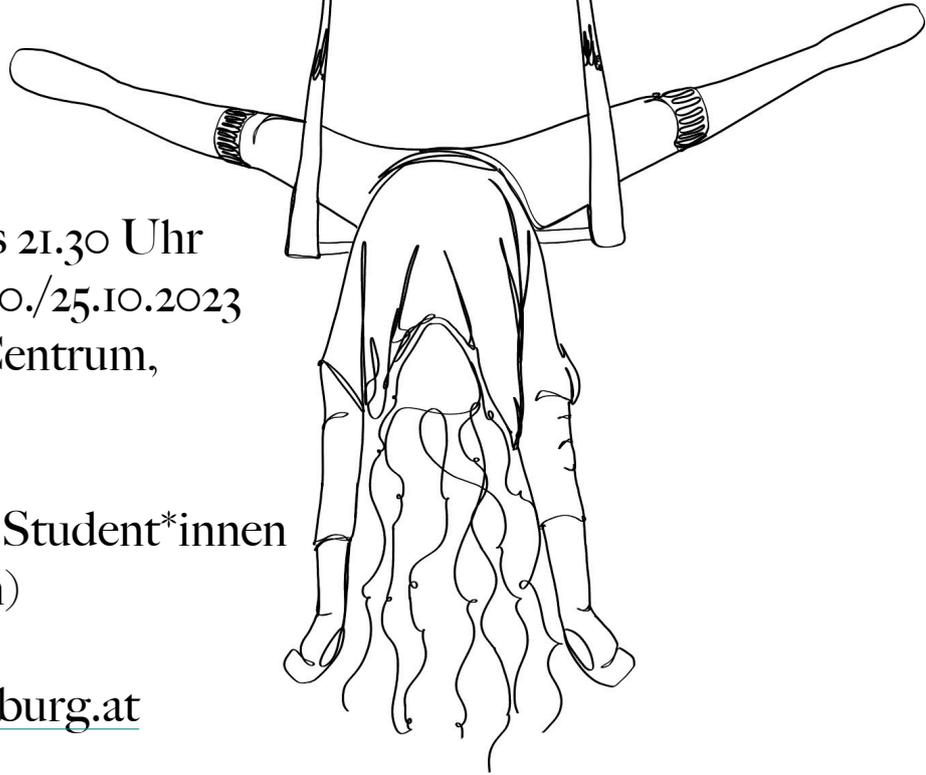
für Erwachsene Anfänger*innen
mit Anna Sandreuter

Wann: Mittwoch 20.00 bis 21.30 Uhr
27.9./4.10./11.10./18.10./25.10.2023

Wo: Circus Trainings Centrum,
Eichstraße 50A,
5020 Salzburg.

Preis: €100 Vollpreis/€75 Student*innen
(5 Termine à 90min)

Anmeldung: anna@ctc-salzburg.at



Jede Einheit beginnt mit einem Warm Up am Boden, bei dem wir den Körper kräftigen und dehnen, um uns verletzungsfrei in der Luft zu bewegen. Am Trapez, Tuch (Silk) und Aerial Hoop beginnen wir mit einfachen Posen und Aufgängen und mit der Zeit bauen wir die Kraft und das Geschick, sowohl länger in der Luft zu bleiben, als auch fortgeschrittenere Kombinationen zu lernen.

