

Knaben D (06/07)

	Gr. 1	Gr. 2	Gr. 3	Gr. 4	Gr. 5
1	Jarne Dalbram	David Bergforth	Luca Cicu		
2	Arne Kill	Vinzent Hiltenkamp	Kian Graf		
3	Niklas Roesler	Philip Jacobsen	Konstantin Kühn		
4		Philipp Kleinrensing	Philipp Neuhaus		
5		Oskar Mook			
6		Karl Paaßen			
7		Louis Roß			
8					



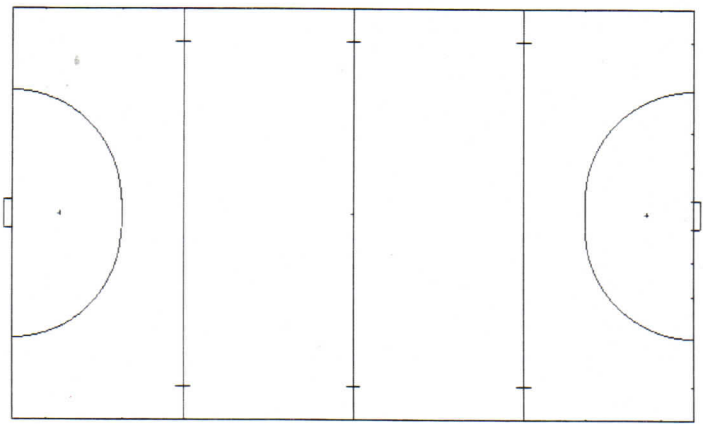
TW

MI 16.00-17.30
 Platz 16.00-17.30
 18.06 AK - TK - CK

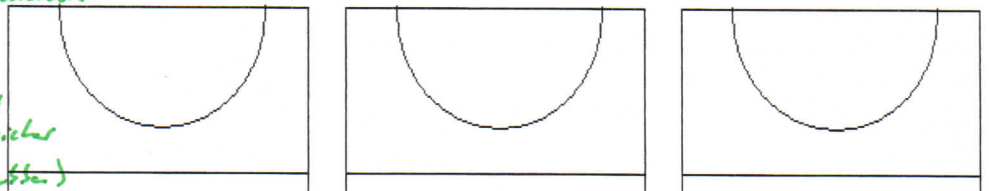
FR 15.30-17.00
 Platz 15.30-17.00
 RK - AK - TK - LB

x → x
 x → x
 Schweben
 - ruhendes Ball
 - vorgelegtes / vollendes Ball

- Hände zusammen
- Körperschwerpunkt
- C: Schulter
- Handgelenke
- Ausholphase

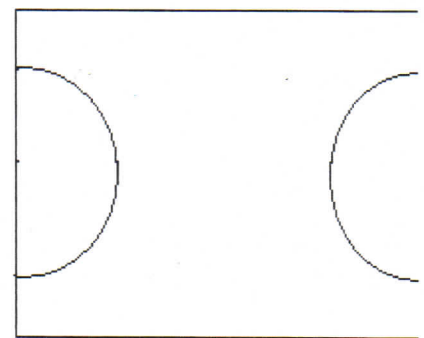
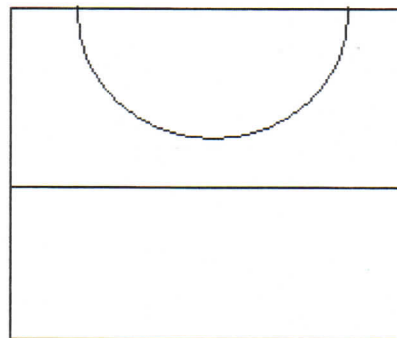


vorblechen
 e: Schulter rausziehen
 über in Fuß (evtl. auch RH-Schritte)
 Dann 4RH
 Doppelschritt



1-1

Gegen auf VH-halten!



versch. Züge

