

Opole, 20.01.2018 r.

**PROGRAM KURSU DLA INSTRUKTORÓW TAŃCA  
MAZORETKOWEGO  
I STOPIEŃ – BATON/POM POM/BUŁAWA/FLAGI  
23-24.01.2018**

**Miejsce kursu: Szkolne Schronisko Młodzieżowe  
„Niezapominajka”, ul. Torowa 7, Opole  
(400 m od dworca PKP)  
tel. do Prezesa: 665 44 75 11**

Opiekun grupy: Maria Skibińska – Skarbnik SMTiCHP

Kierownik Grupy: Stanisław Rewieński - Prezes SMTiCHP

Prowadząca: Karolina Stopińska – trener, sędzia krajowy baton, pom pom

Katarzyna Czyżak – trener, kierownik sekcji tamburmajerek,  
sędzia krajowy

WTOREK 23.01.2018 – POM POM

8.30 Przyjazd, sprawy formalne– rejestracja, kawa

8.45 Powitanie uczestników – Prezes - Internat

9.00 Rozgrzewka – sala gimnastyczna (obok Internatu)

9.30 Nauka podstawowych kroków, praca z pom pom synchronizacja ciała w  
połączeniu z rekwizytem

11.30 Elementy choreografii – podstawy (scena, przemarsz-defilada)

13.30 Obiad

14.30 POM POM - ćwiczenia

16.30 Technika ciała w pracy scenicznej

19.00 Kolacja

20.00 Regulaminy – trener Czyżak, prezes Rewieński

- STATUT SMTiCHP
- PLAN PRACY STOWARZYSZENIA NA 2018 ROK.
- DEKLARACJA PRZYSTĄPIENIA DO SMTiCHP
- REGULAMIN ZAWODÓW NA 2018 ROK

## ŚRODA 24.01.2018

7.30 Śniadanie

8.00 Rozgrzewka, elementy choreografii – scena baton, buława, flaga

10.00 Elementy choreografii – podstawowe kroki, synchronizacja ciała w połączeniu z pracą z batonem, twirling – podstawy (poziom I-III)

12.30 Obiad

13.30 Podstawowe elementy twirlingu – ćwiczenia baton, buława, flaga

16.30 Synchronizacja ciała w połączeniu z pracą z batonem, przemarsz.  
Pokaz z egzaminu (bat, pom, buława, flaga)

18.00 Kolacja

18.30 Wręczenie Certyfikatów ukończenia kursu I

### **UWAGA!!!**

- **Dla słuchaczy, którzy muszą odjechać wcześniej certyfikaty będą przygotowane i mogą być wręczone przed kolacją.**
- **O przerwach decyduje prowadzący.**
- **Trener może zmienić kolejność programu**