

TV 10 OLÜMPIASTARTI

Kalev



Teivashüppe algõpetus kooli võimlas

20. märtsil 2013 Tallinna Spordihallis

Lektor: Margit Randver (IR: 3.85. SK Leksi 44 treener, Kadrioru Saksa Gümnaasiumi õpetaja)

Kavas: 10.30 - 11.00 Kogunemine, registreerumine.

11.00 - 12.30 Akrobaatika. Teivashüppe juurdeviivad harjutused matil, köiel, kangil ja varbseinal.

12.45 - 14.15 Teivashüppe algõpetus. Erialased harjutused: hoie, jookse teibaga, ripe, sõit, pööre.

14.15 - 15.00. Valmistumine esimesteks võistlusteks.

Hoide ja tõukekoha suhe. Hoide ja lati kõrguse suhe.

Hoojooksu pikkus.

Osalemine täiskasvanutele 10, lastele 2 eurot (sisaldab ka jaotusmaterjali).
Kaasa palume võtta vahetusjalatsid.

etv | sport

Eesti Kergejõustikuliit

Täpsem teave ja registreerimine (tähtaeg 18.03.):
mariken@ekjl.ee või tel. 6677994, 5261399.

Kalev
ANNO 1806



acme
right now

KONSUM

VivoSport



SPORTLAND

Orbit

ESTI MULTISPORT

