

Samstag, 3. Juli

**Aerial Silk Erwachsene:
BASIC**

(Inhalt: Klettern, Fußknoten, einfache Figuren am Vertikaltuch)

09.00-10.00 Uhr

Polefactory Studio,
Mistelbach



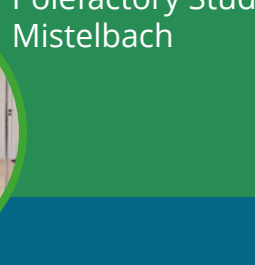
Samstag, 10. Juli

**Aerial Silk Erwachsene:
BASIC**

(Inhalt: Klettern, Fußknoten, einfache Figuren am Vertikaltuch)

09.00-10.00 Uhr

Polefactory Studio,
Mistelbach



Samstag, 24. Juli

**Aerial Silk Erwachsene:
DOUBLES***

(Vorraussetzung: BASIC-Kurs; Inhalt: Figuren mit Partner - du musst nicht mit Partner kommen)

09.00-10.00 Uhr

Polefactory Studio,
Mistelbach



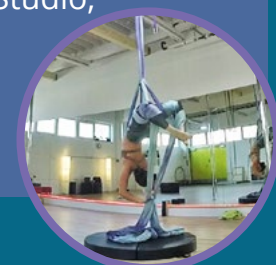
Samstag, 31. Juli

**Aerial Silk Erwachsene:
DROPS & DESCENTS***

(Vorraussetzung: BASICs und Invert an Silk/Stange; Inhalt: Sicheres „Fallen“ und elegante Abstiege)

09.00-10.00 Uhr

Polefactory Studio,
Mistelbach



**Aerial Silk Erwachsene:
FIGUREN OHNE
FUSSKNOTEN**

(Inhalt: Figuren mit Wicklung um Beine/Hände oder Knoten direkt am Vertikaltuch)

10.15-11.15 Uhr

Polefactory Studio,
Mistelbach



**Aerial Silk Erwachsene:
SPLITS***

(Vorraussetzung: BASIC-Kurs; Inhalt: Middle- und Frontsplits, evtl. sogar ohne Hände ;))

10.15-11.15 Uhr

Polefactory Studio,
Mistelbach



**Aerial Silk Erwachsene:
BASIC**

(Inhalt: Klettern, Fußknoten, einfache Figuren am Vertikaltuch)

10.15-11.15 Uhr

Polefactory Studio,
Mistelbach

**Aerial Silk Erwachsene:
UPSIDE DOWN***

(Vorraussetzung: BASIC-Kurs und Invert am Silk/Stange; Inhalt: Wir hängen verkehrt herum.)

10.15-11.15 Uhr

Polefactory Studio,
Mistelbach



Jetzt anmelden

INFO: Es ist nur ein Basic-Kurs notwendig, um einen weiterführenden Kurs (Splits, Doubles, usw.) zu besuchen. Es sind deshalb 3 Basic-Kurse online, um mehr Teilnehmern die Möglichkeit zu geben Aerial Silks Luft schnuppern zu können ;)