

HULA HOOP CAMP

Kirchdorf Ferienaktion
3./4./6. August 9 - 13Uhr

SAVE THE DATE

Anmeldung über das Ferienprogramm der Gemeinde

**HULA HOOP CAMP - 3 Tage von 9 – 13Uhr
inkl. Reifen Werkstatt: bau deinen eigenen Reifen**

Was du erlebst:

1. Du wirst zum Hula Hoop Profi

Was du lernst: Schwingen am Bauch, Arme, an den Füßen, Zirkus Tricks und mehrere Reifen. Am 3. Tag kannst du eine Reifen Choreographie tanzen!

Im Training wirst du nicht nur Spaß haben, sondern Muskulatur, Koordination, Ausdauer, Balance und Konzentration stärken und gleichzeitig deine Kreativität und dein Rhythmusgefühl stärken.

2. Hula Hoop Werkstatt

Baue deinen eigenen Reifen, perfekte Größe für dich und in deinen Lieblingsfarben. Schritt für Schritt mit Anleitung und Unterstützung. Den nimmst du nach dem Camp mit nach Hause und kannst anschließend weiter üben.

3. Hula Hoop Ausflug

Je nach Wetter sind wir immer wieder draußen. Wir machen an einem Tag einen Hula Hoop Spaziergang zur Linde.

Ein Beispieltag im Hula Hoop Camp:

- Ankommen
- Morgenkreis, Erwärmungsspiele und Tanz
- 1. Hula Hoop Training
- Brotzeit
- Hula Hoop Bauen
- Freispiel/ Turnen
- 2. Hula Hoop Training
- Abschluss

Das Programm wird an die Kinder angepasst. Ziel ist, dass die Kinder Spaß haben und in lockerer Atmosphäre in die Ferien starten und Freude am Training haben.

Wer kann mitmachen?

Alle Kinder die Lust haben und zwischen 5 – 10 sind, keine Vorkenntnisse nötig, einfach gute Laune, Brotzeit, Sonnencreme & Capi mitbringen.

Wo: Berghofstraße 10 in Kirchdorf an der Amper

Nach Anmeldung erstelle ich eine Whatapp Gruppe kurz vorm 1. Termin. Bitte Handynummer angeben für Rückfragen.

Kosten: 150,-
inkl. Materialkosten für den Reifen, MwSt.

Zusätzliche Betreuung, frühere Bringzeit oder Abholzeit nach Absprache und kleinen Mehrbetrag möglich.



Kurz zu mir:

Ich bin Isa Hirschauer und seit 18 Jahren Hula Hoop Trainerin, Sozialpädagogin und selbst Mama!

Das Training mit dem Reifen ist für mich die schönste Art Fit zu bleiben, Spaß im Sport und Alltag zu haben. Hula Hoop ist nicht nur Hullern am Bauch, die Vielfalt aus kreativen Tanz und hocheffektiven Workouts fesseln mich und ich liebe es das zu teilen.

Genau das erleben die Kinder im KIDS HULA HOOP CAMP: Spaß an Bewegung, schnelle Lernerfolge mit WOW Effekt, positives Miteinander in der Gruppe und einen Sommer der für immer positiv in Erinnerung bleibt!

2. Termin:



**HULA
HOOP
CAMP**

Kirchdorf Ferienaktion
09./10./11. September 9 - 13Uhr

inkl. Reifenbau Werkstatt