

Akrobatik

Warm up, Duo-/Triotricks und Pyramiden

mit Astrid Schöne und Albert Wittbrock

WS 6, 14:00-17:00 Uhr

Wir zeigen euch spezielle Partnerübungen, die man zum gemeinsamen Warm up nutzen kann. Dies werden sowohl Kraft- als Dehnungs- und Koordinationsübungen zu zweit sein. Danach möchten wir euch einladen, Tricks, die ihr gerne lernen möchtet, mit unserer und mit Hilfe der Gruppe zu erarbeiten bzw. Tricks, die ihr schon könnt zu verfeinern. Diese können aus der Duo- und Trioakrobatik sein oder auch gerne Pyramiden.

Astrid Schöne und Albert Wittbrock

sind beide Jahrgang 68 und arbeiten seit 20 Jahren zusammen als Duo Agil auf Bühnen und Straßen mit Artistikshows und artistischen Walking Acts. Außerdem unterrichten sie seit vielen Jahren Kinder, Jugendliche und Erwachsene in diversen Zirkuskünsten, wobei ihr Schwerpunkt in der Partnerakrobatik liegt.

