Blau-Gold-Casino München e.V.

Ohmstr. 14/II
85757 Karlsfeld

Struktur des Grundsatz-Trainingsplans ab Januar 2023

2-monatliches periodisches Trainingsprogramm

Januar und Februar	
Rumba	Grundlagen
Rumba	Choreografie
Quickstep	Grundlagen
Quickstep	Choreografie

März und April	
Cha Cha Cha	Grundlagen
Cha Cha Cha	Choreografie
Langs. Walzer	Grundlagen
Langs. Walzer	Choreografie

Mai und Juni	
Samba	Grundlagen
Samba	Choreografie
Tango	Grundlagen
Tango	Choreografie

Juli	August
Latein Wiederholung	**Latein-Technik**
vom 1. Halbjahr	
Standard Wiederhlg.	**Standard-Technik**
vom 1. Halbjahr	

September und Oktober	
Jive	Grundlagen
Jive	Choreografie
SlowFox	Grundlagen
SlowFox	Choreografie

November und Dezember	
Paso Doble	Grundlagen
Lat.-Wiederh. 2. Hj	Choreografie
Wiener Walzer	Grundlagen
Sta.-Wiederh. 2. Hj	Choreografie

Grundsatz-Trainingsplan

Tag	Uhrzeiten	Trainingsgruppen
Mo		
	gelegentl. Workshops und Kurse – s. Homepage	
Di		
	15:00-16:00	Senioren 60+
		1. + 2. Di im Monat:
	19:00-20:00	Latein mit Christian Fahn
Mi		**14-tägig im Wechsel:**
	17:45-19:45	Jazz-Modern-Contemporary Unterricht
	17:45-19:45	Jazz-Modern-Contemporary freies Üben
Do		
	19:00-20:00	Turnierpaare Sta. D/C
	20:00-21:00	Turnierpaare Sta. B/A/S
Fr		
	16:00-17:45	Youngsters
	19:00-20:00	Standard
	20:00-21:00	Latein
Sa		
	gelegentl. Workshops und Kurse – s. Homepage	
	18:30-19:30	Discofox-Übungsabend: 1.Sa. /Monat
	18:30-19:30	Discofox-Unterricht: 3.Sa. /Monat
So		
	gelegentl. Workshops und Kurse – s. Homepage	
	18:00-19:00	Standard
	19:00-20:00	Latein

IN DEN FERIEN IST KEIN UNTERRICHT

Bitte beachten Sie unseren Schaukasten

Änderungen vorbehalten -

- vor allem in Ferien und an Feiertagen
- bei Veranstaltungen in den Trainingssälen
- bei Veranstaltungen, wie Bälle und Turniere
- bei Versammlungen
- bei Trainerausfall ohne Ersatztrainer

… besuchen Sie unsere Hompepage für mehr Infos!

www.bgc-muenchen.de

Geändert: 01.06.2023
Nadine Lammer
3. Vorsitzende/Sport