

# Vom Steigen zum Fliegen: Partner-Akrobatik

Fortbildung (FB)

**Termin:** 26.04. - 28.04.2024, ab Fr. abend

**Ort:** Pfaffing

**Kosten:** 140 EUR

**Kurs-Nr.:** B421FB

Partner-Akrobatik ist natürlich auch was für Singles – nur Berührungsängste solltest du keine haben. Jeweils zu zweit erlernt ihr das Steigen und Fliegen, Hebe- und andere akrobatische Figuren oder wir machen gemeinsam Pyramiden. Verrenkungskünstler\*in musst du dafür nicht sein, ein bissel Köperspannung reicht völlig aus. Vieles davon könnt ihr auch in euere Jugendgruppe ausprobieren.

## Inhalte

- grundlegende Übungen zur Köperspannung und zum Gleichgewicht
- akrobatische Figuren und Positionen: Fliegen, Heben, Steigen
- Pyramidenbau

## Voraussetzungen

- Keine Berührungsängste
- Durchschnittliche Sportlichkeit ist ausreichend

**Jugend des Deutschen  
Alpenvereins**

Landesgeschäftsstelle Bayern  
Preysingstr. 71  
81667 München

**Gefördert von:**

Telefon: 089 - 44 90 01 95  
Fax: 089 - 44 90 01 99  
E-Mail: [igs@jdav-bayern.de](mailto:igs@jdav-bayern.de)