



ACRO-GYM

voor meisjes en jongens vanaf 5 jaar

Acrogym is een combinatie van turnen en acrobatiek waar-in de deelnemers in teams met elkaar hun oefening doen. Behendigheid, balans, muziek, dans, zelfvertrouwen en vertrouwen in je teamleden zijn belangrijke elementen die terugkomen in deze sport.

<i>Dag</i>	<i>Tijd</i>	<i>Lesnaam</i>	<i>Lokatie</i>
maandag	16.00 - 17.00	Acrogym recreatie	Spirealaan
maandag	17.00 - 18.00	Acrogym extra uur	Spirealaan
zaterdag	09.30 - 10.30	Acrogym recreatie	Weegbree
zaterdag	10.30 - 11.30	Acrogym extra uur	Weegbree

ACRO-GYM

voor meisjes en jongens vanaf 5 jaar

Acrogym is voor jongens en meiden vanaf 5 jaar. Het is soort turnen in teams, een sport waar samenwerken, vertrouwen, kracht en evenwicht centraal staan.

Voor alle niveaus

In de recreatielessen wordt gewerkt met 'acromaatje'. In de les kun je stickers voor op je diploma verdienen door een onderdeel goed uit te voeren. Als de 10 stickers zijn behaald mag de diploma mee naar huis en begin je aan de volgende. Naast de diverse recreatielessen is er bij SiU ook een zeer actieve selectiegroep acrogymnasten die op diverse niveaus aan wedstrijden meedoen. De selectieteams van SiU zijn al zeer succesvol geweest en een aantal zijn zelfs uitgekomen op het Nederlands Kampioenschap. Onder leiding van gekwalificeerde trainsters wordt gewerkt aan de diverse oefeningen

SiU Demoteam

Acrogym heeft een groot show gehalte, daarom maakt acrogym ook deel uit van het SiU Demoteam.

Het Demoteam zal in ieder geval een spetterend optreden geven op de CAM (culturele amateurs manifestatie)

Acrogym is perfect voor (ex-)turnsters

Heb je op turnen gezeten? Vond je vloer erg leuk? Ben je liever in een team bezig? Neem dan een proefles!

Ben je 5 jaar of ouder en lijkt het je leuk? Kom een keertje kijken of neem een proefles.

Je kunt meer dan je denkt!

Iedereen van jong tot oud kan bij SiU Heerhugowaard terecht.

SiU Heerhugowaard beschikt over een enthousiaste groep leid(st)ers die popelen om ook jou welkom te kunnen heten bij één van onze lessen.

Kijk voor meer informatie op **www.siu-heerhugowaard.nl** of neem contact met ons op via contact@siu-heerhugowaard.nl