

TTG – Tävlings Träning Grupp – DIK

Vi har tagit fram en ram för hur TTG är upplagd, för att underlätta i planering och förståelse för undervisningen under vårterminen 2014.

För att tävla i gruppdisco deltar gruppen i TTG, som denna termin ligger på lördagar och på följande datum;

11/1, 18/1, 25/1, 1/2, 15/2, 1/3, 8/3, 22/3, 12/4, 19/4

Träning utgår de lördagar det är tävling.

Kommande termin erbjuder vi de grupper som inte är på tävling till egen träning. Kontakta Catharina 2 veckor innan för att överrens komma med tider.

Vi vill förtydliga att coachade träningen inte går ut på att läraren undervisar steg utan hjälper till med teknik och utförande samt uppmuntrar och ger konstruktiv vägledning för dansarens utveckling.

Läraren har ingen skyldighet att kunna varje grupps program.

Vi vill även påpeka att det inte är tillåtet att ta hjälp med träning/coachning från annan lärarkraft än de som samarbetar med Dansinstitutet.

All gruppdiscoträning sker i Dansinstitutets lokaler.

- Egen träning: Alla TTG-grupper har förmånen att träna ytterligare en gång/vecka utöver sin coachade lektion.
Denna lektion är utan lärare, men med tillgång till musik i rätt tempo.
Den fria träningen ligger i lilla salen timman innan den coachade gruppdiscolektionen.
- Lite info för att känna till hur en TTG-lektion är upplagd:
 - 10 min uppvärmning; uppvärmningen kan bestå av uppvärmningsdans, stretch eller kort diagonalövning.
 - 15 min öva igenom programmet, läraren hjälper eleverna.
 - 15 min tävlingsrundor; gruppen dansar som det vore tävling.
 - 20 min happening; här tränar vi och lyfter fram ett visst moment exempelvis styrka, stretch, diagonalträning, klädplanering, håruppsättning, ALLT som kan beröra tävlingsdans.

Vi som är lärare i TTG på Dansinstitutet är:

Sophia -ansvarig coach för alla grupper

Sabina – ansvarig koreografi i samråd med Sophia

Catharina – huvudansvarig för alla tävlingsdansare på Dansinstitutet

Kommande termin finns måndag 16.30 -17.15 för privatlektion för Catharina.

Önskar du kontakt, bokning av privatlektioner eller har frågor, vänligen maila oss på

info@dansinstitutet.com

Danshälsningar Catharina W Jacobsson

