

Hoch hinaus beim TSV Co-Dance USA

Beim vierten und somit letzten Trainingsweekend dieses Jahres konnte die älteste Gruppe „Akro 7“ des Tanz- und Sportvereins Co-Dance Uttwil-Sommeri-Amriswil von den intensiven Turnstunden in der Halle profitieren.

Wie gewohnt startete das Turnwochenende am Freitagabend in der Turnfabrik Frauenfeld. An den verschiedenen Geräten wie Ringe, Trampolin und Boden wurden Kraft, Körperspannung, aber auch Turnelemente geübt und auch der Spass kam nicht zu kurz.

Der Samstagmorgen begann mit herausforderndem Choreografie-Training: Tanzschritte und verschiedene Positionen wurden einstudiert, dabei waren alle Turnerinnen sehr konzentriert bei der Sache. Bei der Gruppenakrobatik zeigte eine ehemalige Co-Dancerin gemeinsam mit ihrer Cheerleading-Gruppe erstaunliche „Stunts“ in luftiger Höhe, welche dann gleich ausprobiert wurden. Bei einem Bodenturn-Parcours stand das Üben von Vorübungen für Rückwärtssaltos und Flicflacs im Vordergrund.

Müde, aber glücklich und zufrieden über die Erfolge und erlernten Elemente ging das Training am Samstagabend zu Ende.

Die Turnerinnen der Gruppe Akro 7 freuen sich auf das Präsentieren der neuen Choreografie im neuen Jahr und wünschen allen eine schöne Weihnachtszeit!

Presse Co-Dance
Angela Graf
Oberdorfstr. 18, 8582 Dozwil
079 869 96 86
TSV Co-Dance USA
www.co-dance.ch

