

F01: Forældre/barn 2-3 år (barnets alder ved sæsonstart):

Holdbeskrivelse:

Børnegymnastik, motorik og bevægelse for børn og deres forældre. Vi vil træne grundliggende basisfærdigheder som kravle, rulle, hop med samlede ben, rotationer, balance, vægt på arme og rum-retningssans. Der vil være redskabsbaner og andre aktiviteter, hvor børn og forældre sammen og hver for sig, aktiveres, får sved på panden og smil på læben. Det forventes, at alle forældre deltager aktivt i træningen.

Krav:

Både børn og forældre skal have tøj på til at bevæge sig i – ikke nederdel, cowboybukser eller almindeligt hverdagstøj. Ingen løbesko – eventuelt gymnastiksko. Medbring gerne en drikkedunk med vand.

Opvisning:

Ja, hvis der er tilslutning til det.