

Programma Aquatics Day



WORLD
AQUATICS
DAY



Sporters Synchronzwemmen 7-12 jaar

Onderdelen

Lenigheid

Wil jij leren hoe je een lenige en sterke synchronzwemmer wordt? En hoe jouw lenigheid een leuk onderdeel van je training maakt? Chloé van Bavel, voormalig topturnster en choreograaf voor topsport turnen komt jou alles vertellen over lenigheid en helpt je aan de beste tips.

Streetdance

Kun jij op de kant net zo goed bewegen als in het water? En hoe goed kun jij tellen op verschillende muzieksoorten? We weten allemaal hoe belangrijk het is om het juiste ritme aan te houden. Danike Rijgersberg verzorgt deze streetdance les waarin jij je kunt laten gaan en laten zien hoe goed jouw ritme is.

Watertraining met #NoortjevsBregje

Altijd al eens les willen hebben van hét Nationaal Duet? Dit is jouw kans! Doe jij mee in de battle Noortje vs. Bregje? En bij welk team hoor jij dan? Noortje en Bregje gaan de strijd met elkaar aan en maken beide in korte tijd een leuke choreografie met jullie. Wie maakt de leukste choreografie en wint de battle? Ga de strijd aan en help Noortje of Bregje naar de winst!

Demo en Meet & Greet

We sluiten de dag af met een demo van ons Nationaal Duet. Uiteraard is daarna nog tijd voor foto's en handtekeningen.

Tijdschema

10.30	Aanmelding en opening
11.00	Lenigheid
12.30	Lunch
13.30	Streetdance
15.00	Watertraining van Noortje en Bregje
16.15	Demo en Meet & Greet