

CHEERLEADING PÅ SFO 2.- 4. trinn



Vi starter nå opp med Cheerleading på SFO! Instruktør er Jacqui Rygg, som til daglig jobber på skolen og SFO. Hun har drevet med Cheerleading i Australia og har vært med å konkurrere i finalen i Norgesmesterskapet.



Hva er Cheerleading?

Cheerleading er en idrett som kombinerer dans, turn og lagarbeid.



Barna får øve seg på:

- Enkle danser og heiarop
- Hopp og akrobatiske øvelser tilpasset alder
- Pyramider og kast som øves trygt i grupper
- Armbevegelser (motions) som brukes i rutinene

Når: Hver mandag kl. 14.00–15.00
Oppstart: Mandag 15. september



Forventninger ved påmelding

- Snakk med barnet om å følge regler og lytte til treneren.
- Påmeldte barn deltar fast hver mandag, og kan ikke velge fra gang til gang.
- Husk klær som er behagelige, gir god bevegelighet og er trygge å trene i.
- Gi beskjed via Vigilo hvis barnet ønsker å slutte.



SFO har egne drakter, dusker og sløyfer som barna får bruke etter hvert