

Eiskunstlauf
Eislauf

Eistanz

Eishockey
Tanz Workshop
Tennis
Inline Skating
Fitness

www.figureskatingcamp.com
www.sportzentrum-flims.ch

SWISS ICE SKATING

Eistanz Matinée Cup: 13.7.25 **FLIMS X LAAX**
www.swissiceskating.ch



Liedtenskleiner
Eislauf-Verband



Eistanzwochenendkurs 12.7. - 13.7.25

LG 7 für Anfänger und Fortgeschrittene

Basiselemente, Technik & Haltung für Foxtrott/Rocker Foxtrott CHF 200.00

mit **Christoph Baumann**, Teilnehmer an Schweizermeisterschaften 82-90; Goldtest im Eistanz; seit 05 Teilnehmer an verschiedenen internationalen Erwachsenen-Wettkämpfen (div. 1. Plätze in Kategorie Gold Eistanz); Leiter 1+2; Trainer NKES, sowie **Romy Motta** und **Lucie Mysliveckova**, EM-, WM und Olympia Teilnehmerin „Eistanzen“

Zeitplan

(Änderungen vorbehalten): Stand 2.6.25

Samstag, 12.7.25

11.40-12.25: Off-Ice „eistanzspezifische Gymnastik“

13.20-14.50: Basiselemente/Technik/Haltung für Foxtrott/Rocker Foxtrott, Vorbereitung der Tänze auf das Eistanz Matinée!

15.10-16.10: Video(keine Aufnahmen vom Kurs), Charakterdarstellung, etc.

16.40-18.10: Basiselemente/Technik/Haltung für Foxtrott/Rockerfoxtrott, Vorbereitung der Tänze auf das Eistanz Matinée!

18.20-19.40: freies Eistanzen mit Privatlektionen, zwecks Koordination bitte um Voranmeldung (Anmeldetalon)

Sonntag, 13.7.25

09.15-10.00: Off-Ice "eistanzspezifische Gymnastik"

10.30-12.00: Basiselemente/Technik/Haltung für Foxtrott/Rocker Foxtrott, Vorbereitung auf das Eistanz Matinée!

14.00-16.30: Swiss-Eistanz-Matinée-Cup(SEMC) 25/26, Non-Stop-Eistanzen für jedermann mit: Christoph, Romy und Lucie; Patchgebühr (Sommereis!) CHF 30.00 bei dem Swiss Eistanz-Matinée-Cup!

Im Kurs werden, auf der Basis der Grundelemente, die Inhalte des Eistanzes und der Pflichttänze, sowie die Bewegungen mit der Musik vermittelt. Ziel ist der lustvolle, gesunde und sichere Umgang mit dem Eis und den Schlittschuhen. Die Arbeit auf dem Eis wird durch vorbereitende, zielgerichtete Gymnastik ergänzt.

Eistanzspezifische Fragen bitte direkt an Christoph Baumann:+41 (0)79 253 12 55

SWISS
ICE SKATING

Einladung zum SWISS EISTANZ-MATINEE-CUP(SEMC) vom Sonntag 13.7.25: 14.00-16.30 mit Christoph, Romy + Lucie: Patchgebühr (Sommereis!) CHF 30.00 bei dem Swiss Eistanz-Matinée-Cup!

Das Non-Stop-Dancing mit Christoph Baumann ist eine von verschiedenen Veranstaltungen Swiss Ice Skating. Wir freuen uns, alle Eistanz-Freunde an der Matinée und zum Punkte sammeln einzuladen. Es lohnt sich, viele Punkte zu erlaufen und so auch bei möglichst zahlreichen, freudvollen Veranstaltungen dieser Art dabei zu sein. So erhöhen Sie Ihre Chance auf einen der tollen Preise, die zu gewinnen sind.

Teilnahmebedingungen Swiss Eistanz-Matinée-Cup 25/26:

01. Grundsätzlich kann jede Eistanzerin/jeder Eistanzer am Swiss Eistanz-Matinée-Cup teilnehmen.
02. Jeder Teilnehmer lässt sich an einer der angeführten Swiss Eistanz-Matinée seine aktive Teilnahme auf dem Swiss Eistanz-Matinée-Cup-Zertifikat bestätigen.
03. Für jede Teilnahme wird ein Punkt gutgeschrieben.
04. Gewinner des Swiss Eistanz-Matinée-Cups ist diejenige Person mit der höchsten Punktzahl.
05. Bei Punktegleichheit entscheidet das Los.
06. Für den ersten Preis sind mindestens 5 Punkte erforderlich.
07. Eine Barauszahlung der Preise ist nicht möglich.
08. Die Preise sind frei übertragbar.
09. Alle Einsender eines Swiss Eistanz-Matinée-Cup-Zertifikates mit mindestens einem Punkt nehmen an der Schlussverlosung um den **Zusatzpreis** (Gutschrift im Wert von CHF 150.00 für den Eistanz Wochenendkurs in Flims beim Super Summer Camp) teil.

Die Teilnahmezertifikate sind bis zum 30.4.2026 zu senden an:
SWISS ICE SKATING,
Haus des Sportes, Talgut-Zentrum 27, 3063 Ittigen
Es gilt das Datum des Poststempels. Zu spät eingeschickte Zertifikate können für die Auslosung leider nicht berücksichtigt werden.

