

WORKSHOPS I GAME STREETMEKKA AALBORG

Pris: 500 kr. + moms pr. påbegyndt time pr. instruktør

Max. 15 deltagere pr. instruktør



STREET BASKET

Falder valget på en workshop i streetbasket, bliver eleverne varmet godt op med en række forskellige sjove og tekniske øvelser. Det betyder ikke noget, om det er første gang, man har en bold i hånden. Vores instruktører sørger altid for, at alle kan være med uanset niveau. De forskellige øvelser bliver til sidst sat på prøve i en kamp.



BOULDERING

Er I klar på en udfordring? Med en workshop i bouldering er der rig mulighed for at deltagerne får rykket sine grænser. Her klatrer I op ad skrå vægge med tykke madrasser under, I behøver derfor ikke spændes fast med seler og reb. I workshoppen er der plads til alle! Her handler det om at udfordre sig selv og bakke hinanden op.



PARKOUR

Springer I ud i en workshop med parkour, skal eleverne være klar på at flytte deres grænser. Her gælder det om at komme fra A til B ved løb, hop og klatring. Parkour som idrætsform er utrolig fleksibel og skalérbar, hvilket betyder, at alle uanset niveau eller fysisk form kan deltage i den samme træning.



STREET ART

Med en workshop i street art bliver deltagernes kunstneriske og kreative sider udfordret. Vores instruktører viser teknikkerne til, hvordan man med samarbejde og idéudvikling kan opnå nogle fantastiske resultater. Foregår som udgangspunkt med Posca-tuscher på papir, men hvis vejret tillader det, er der mulighed for at prøve kræfter med spray.

OBS: Ekstraudgift for materialer på 50 kr. pr. elev



DANS

Med en workshop i dans får eleverne rykket deres grænser - og ikke mindst fødder. Vores kompetente instruktører sørger for, at eleverne får pulsen op samtidig med, at det er sjovt. Book et længere forløb, hvor der udarbejdes en koreografi eller prøv en enkelt workshop.