

DVD zur Methodik mit dem Band



Vom ersten Bandschwung zur Aufführung!
Gezeigt und kommentiert werden methodische Hinweise zum Erlernen verschiedener Techniken.

Inhalt

1 Handhabung

2 Schwünge und Kreise

3 Spiralen und Schlangen

4 Elemente mit gefasstem Bandende

5 Werfen und Fangen

6 Weitere Elemente

Vom ersten Seildurchschlag zur Aufführung!

Vom ersten Seildurchschlag zur Aufführung!

Vom ersten Seildurchschlag zur Aufführung!

Ergänzend dazu gibt es auch ein E-Book mit Hinweisen zur „**Methodik mit dem Band**“
(weitere Informationen finden Sie unter www.steinerworkshop.de)