

## DVD zur Methodik mit dem Reifen

### Inhalt



1 Handhabung

2 Schwingen und Kreisen

3 Drehen und Kippen

4 Zwirbeln

5 Rollen am Boden

6 Rollen am Körper

7 Umkreisen

8 Werfen und Fangen

9 Durchschlagen und Überspringen

6 Kombinationen

Vom Hula Hoop zur Aufführung!

Gezeigt und kommentiert werden methodische Hinweise zum Erlernen verschiedener Techniken. Ergänzend dazu gibt es auch ein E-Book mit Hinweisen zur „**Methodik mit dem Reifen**“.

(weitere Informationen finden Sie unter [www.steinerworkshop.de](http://www.steinerworkshop.de) )