



- Einzellaufen
- Paarlaufen
- Formationen
- Showgruppen



- ◀ Solotanz
- ◀ Paartanz
- ◀ Schulaufen
- ◀ Showtanz



## 1. Offener Vereinslehrgang 2008 des RSV Hamborn 07 am 09.03.2008

Der RSV Hamborn 07 lud zum ersten offenen Vereinslehrgang im Jahr 2008 ein.

11 Läuferinnen und ein Läufer des RRD waren mit von der Partie. In mehreren Trainingseinheiten über den Tag verteilt wurden Sprünge und Pirouetten bei den RSV-Trainern Katharina Finke und Marcel Wagner trainiert. Konditions- und Krafttraining vervollständigte das Programm.

TeilnehmerInnen des RRD:



*hinten:* v.l. Lara Heyer, Darlene Schäfer, Kim-Viviane Heyer, Vanessa Steinmann, Fabienne Heinicke, Finn Heyer, Vanessa Stender

*vorne:* v.l. Julia Pflug, Celine Langer, Gina Vesper, Sina Vesper, Franziska Räder