



Freefly-Kurs in Triengen

Vom **1. Mai 2016 bis 6. Mai 2016** findet in Triengen unter der Regie des PSC Triengen ein Freefly-Kurs mit einem Profi-Coach statt.

Rob Heron ist eine Woche lang unser Mann wenn es um Einstieg oder Verbesserung im Bereich Freefly geht.



Voraussetzung ist das Brevet, aktuelles Sprungbuch und Sprünge, sowie mind. 100 Sprünge.

Das Programm, resp. die Themen (aufgeteilt in Stärkeklassen) sehen so aus:

- Back flying and Headup (sit fly) position
- Speed changes (Slowing down & Speedingup)
- Horizontal movement (forwards & backwards)
- Keep Level
- Turns in Headup
- Loops (cartwheels,etc)

Info: Rob spricht Englisch, wenig Deutsch. Sicher helfen aber Einige beim Übersetzen.

Kurskosten: 300.- Franken

Sprungpreise: 45.- resp. 43.-/41.- für PSC-Mitglieder entsprechend Preisliste

Übernachtung: Zelt oder Massenlager, bei Nichtmitgliedern gegen Unkostenbeitrag

Anmeldungen an aktuar@psctriengen.ch