



Skriv ut läroplanen och använd den som ett verktyg för att följa din utveckling.
Du fyller själv i varje ruta när du behärskar dess färdigheter. När hela kortet är ifyllt har du klarat av alla stegen och kan flytta upp till nästa nivå.

Läroplan Grund 1 VALS

	Steg/Teknik	Mönster	Takt	Fotarbete	Hållning	Fattning	Föra/Följa
1	Left Box						
2	Right Box						
3	Left 1/4 Turn						
4	Right 1/4 Turn						
5	Progressive Forward						
6	Progressive Backward						

Besök Hemsidan
Skanna (QR-koden)

