

Jugend im Trachtenverein

Was machen wir?

- bei uns lernst Du Dirndldrahn bzw. Platt'ln und Tanzen
- wir beteiligen uns an verschiedenen Festen
- spielen und pflegen alte Bräuche
- wir unternehmen Ausflüge

Wann proben wir?

- immer am Montag um 19:00 Uhr
- im Vereinsheim in Kirchheim (im Feuerwehrhaus)

Was brauche ich?

- das G'wand wird gegen eine kleine Gebühr vom Verein gestellt (außer Schuhe und Trachtenhemd)

Interessiert?

- Einfach vorbei kommen oder anrufen bei
- Ferdinand Steinmaßl Tel. 08683/809753
- Magdalena Kräbl Tel. 08683/ 891693

GTEV „Alpenrose“ Grassach - Tittmoning

www.degrassacher1.de



Für was ist Tanzen und Platt'ln alles gut?

1. Es wird auf eine gerade Körperhaltung Wert gelegt.
2. Da beim Platt'ln auf einem Fuß und den Zehenspitzen gestanden wird, wird der Gleichgewichtssinn gefordert, das beide Gehirnhälften trainiert, die ja über Kreuz arbeiten.
3. Beim Platt'ln werden fast alle Muskeln durch das Stehen auf den Zehenspitzen, hochheben und herunterschlagen der angespannten Hände und Arme betätigt, das ja wiederum sportlich ist.
4. Die Bewegungen über Kreuz sind lt. ärztlichen und therapeutischen Aussagen lebensnotwendig für gesundes Wachstum.
5. Rhythmus und Taktgefühl wird durch die musikalische Begleitung gefördert und gestärkt.
6. Beim Erlernen eines Tanzes werden wieder beide Gehirnhälften aktiviert und gut durchblutet. Hierzu spielt der ständige Wechsel der Tanzrichtung und die Bewegung der Hände und Füße bei den Tänzen eine wichtige Rolle.
7. Beim Drahn wird der Gleichgewichtssinn gefordert und ausgeprägt. Dazu kommen noch die Stärkung der Muskeln im Fuß- und Beinbereich. Eine wichtige Rolle spielt hier auch wieder die gerade Körperhaltung.
8. In der Gruppe wird das Zusammenspiel der einzelnen Kinder gefördert.