

AARHUS TIGERS CHEERLEADERS

SENIOR	UNIQUE
Level	6
Alder	Fra 15 år
Beskrivelse	Tigers Unique er klubbens Senior Elite hold (level 6) i aldersgruppen 15 år og op. Holdet er et konkurrencehold, og holdet er lukket, da det er sat fra sæsonstart. Holdet træner fast 2 gange om ugen samt ekstratræninger i løbet af sæsonen. Til træning er der fokus på højt niveau og positiv indstilling til udfordringer. Der forventes seriøsitet og dedikation til sporten og til holdet, og fremmøde vægtes meget højt. Det forventes også, at udøverne holder sig i form ved siden af holdets faste træninger. Holdet har mange erfarne udøvere, der har været i klubben gennem en årrække. Derfor har holdet et unikt fællesskab, hvilket er med til at styrke udøvernes engagementet og ansvarsfølelsen overfor holdet. Dette hold er for øvede og meget øvede udøvere, og holdet deltager i ca. 3 konkurrencer årligt i både ind- og udland. På dette hold er det altid et mål at opnå en EM kvalifikation ved årets DM, som opnås, hvis holdet placerer sig i top 2.
Erfaring	Øvede og meget øvede
Træningsgange, ugentligt	2-2,5
Træningstider	Mandage, og onsdage
Ekstra træninger	En weekend hver måned
Stævner	Nordic All Level Championship Spring cup DM EM
Holdkontingent	750
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Hold t-shirt Teambuidlingdag

SENIOR	UNTAMED
Level	5
Alder	Fra 15 år
Beskrivelse	Tigers Untamed er klubbens Senior Elite hold (level 5) i aldersgruppen 15 år og op. Holdet er et konkurrencehold, og holdet er lukket, da det er sat fra sæsonstart. Holdet træner fast 2 gange om ugen samt ekstratræninger i løbet af sæsonen. Til træning er der fokus på højt niveau og positiv indstilling til udfordringer. Der forventes seriøsitet og dedikation til sporten og til holdet, og fremmøde vægtes meget højt. Det forventes også, at udøverne holder sig i form ved siden af holdets faste træninger. Dette hold er for øvede og meget øvede udøvere, og holdet deltager i ca. 3 konkurrencer årligt i både ind- og udland.
Erfaring	Let øvede og øvede
Træningsgange, ugentligt	2
Træningstider	Tirsdage og søndage
Ekstra træninger	Ca. en ekstratræning om måneden
Stævner	Julecup (formentlig) Spring cup Anden konkurrence (afklares) DM
Holdkontingent	650
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Hold t-shirt Teambuidlingdag

SENIOR	LUSH
Level	3
Alder	Fra 15 år
Beskrivelse	Tigers Lush er klubbens Senior level 3 hold i aldersgruppen 15 år og op. Holdet er et konkurrencehold, som deltager til DM i Cheerleading, men holdet er åben for nye medlemmer hele sæsonen. Holdet træner 1-2 gange om ugen. Holdet er for både nybegyndere og øvede udøvere, og det er derfor ikke et krav at man mestrer en masse færdigheder indenfor cheerleading, men blot at man er klar på at udfordre sig selv og prøve en masse nye ting. Til træning er der fokus på, at udøverne udvikler sig, samtidig med at de har det sjovt med deres holdkammerater. Der forventes opbakning og seriøsitet, samt at udøverne møder op til træning hver uge. Holdet deltager i 2-3 konkurrencer om året.
Erfaring	Begyndere og let øvede
Træningsgange, ugentligt	1,5
Træningstider	Mandage og søndage (hver anden uge)
Ekstra træninger	Ekstratræninger op mod konkurrence
Stævner	Julecup (formentlig) Spring cup Anden konkurrence (afklares) DM
Holdkontingent	550
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Teambuidlingdag

JUNIOR	FUSION
Level	5
Alder	12-16 år
Beskrivelse	Tigers Fusion er klubbens Junior Elite hold (level 5) i aldersgruppen 12-16 år. Holdet er et konkurrencehold, og holdet er lukket, da holdet er sat fra sæsonstart. Holdet træner fast 2-3 gange om ugen samt ekstratræninger i løbet af sæsonen. Til træning er der fokus på højt niveau, gåpåmod og positiv indstilling til udfordringer. Derudover er fællesskabet vigtigt, fordi det er med til at skabe et fælles ansvar til træning og konkurrencer. Der forventes seriøsitet og høj dedikation til sporten og til holdet fra både udøvere og forældre. Vi bestræber os på altid at blive bedre og stærkere. Derfor er fremmøde på dette hold altafgørende. Det forventes derudover, at udøverne på holdet hjemmetræner og holder sig i form udenfor de faste træninger. Dette hold er for øvede og meget øvede udøvere, og holdet deltager i 3-4 konkurrencer årligt i både ind- og udland. På dette hold er det altid et mål at opnå en EM kvalifikation ved årets DM, som opnås, hvis holdet placerer sig i top 2.
Erfaring	Øvede og meget øvede
Træningsgange, ugentligt	2,5
Træningstider	Tirsdage (hver anden uge) , onsdage og søndage
Ekstra træninger	Ca. en ekstratræning om måneden (flere op mod konkurrencer)
Stævner	Julecup (formentlig) Nordic All Level Championship Spring Cup DM EM
Holdkontingent	750
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Hold t-shirt Nike sokker Teambuidlingdag

JUNIOR	FLAWLESS
Level	4
Alder	12-16 år
Beskrivelse	Tigers Flawless er klubbens Junior level 4 hold i aldersgruppen 12-16 år. Holdet er et konkurrencehold, som deltager til DM i Cheerleading og holdet er som udgangspunkt et lukket hold, da holdet er sat fra sæsonstart. Holdet træner 2 gang om ugen, og der er høje forventninger til fremmøde. Holdet er holdet lige under vores elitehold, og det forventes derfor, at man allerede mestrer de basale øvelser og færdigheder indenfor cheerleading, før man tager del i dette hold. Til træning er der fokus på, at udøverne udvikler sig, samtidig med at de har det sjovt med hinanden. Der forventes opbakning og seriøsitet fra udøvere og forældre. Holdet deltager i 2-3 konkurrencer om året med mulighed for en udenlandsk konkurrence. Holdet er for let øvede og øvede udøvere.
Erfaring	Let øvede og øvede
Træningsgange, ugentligt	2
Træningstider	Onsdage og søndage
Ekstra træninger	Ca. en ekstratræning om måneden
Stævner	Julecup All Level Championship Düsseldorf (muligvis) Spring cup DM
Holdkontingent	650
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Særlig sports-bh Teambuidlingdag

JUNIOR	ENERGY
Level	3
Alder	12-16 år
Beskrivelse	Tigers Energy er klubbens junior level 3 hold i aldersgruppen 12-16 år. Holdet er konkurrencehold, som deltager i alle de danske konkurrencer. Holdet træner hver torsdag og hver anden tirsdag, og til træningerne er der fokus på, at have det sjovt og få nye venskaber. Derudover er det målet, at udfordre udøverne med basale cheerleading-øvelser og færdigheder samt at lære dem kropsforståelse og kropskontrol for at styrke deres motorik. Holdet er for let øvede udøvere.
Erfaring	Let øvede og øvede
Træningsgange, ugentligt	1,5
Træningstider	Tirsdage (hver anden uge) og tordage
Ekstra træninger	Ca. en ekstratræning om måneden
Stævner	Julecup Spring cup DM
Holdkontingent	550
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Tank-top, indershorts og ankelsokker Hold t-shirt Teambuidlingdag

JUNIOR	FEARLESS
Level	2
Alder	12-16 år
Beskrivelse	Tigers Fearless er klubbens Junior level 2 hold i aldersgruppen 12-16 år. Holdet er et opvisningshold, som deltager til DM i Cheerleading, men som har åbent for nye medlemmer hele sæsonen. Holdet træner 1 gang om ugen, og til træning er der fokus på at have det sjovt og få nye venskaber. Derudover er det målet at udfordre udøverne med basale cheerleading-øvelser og færdigheder samt at lære dem kropsforståelse og kropskontrol for at styrke deres motorik. Dette hold er vores hold for begyndere, og derfor er fokus gennem sæsonen, at udøverne lærer at mestre de basale øvelser og færdigheder indenfor cheerleading.
Erfaring	Begyndere og let øvede
Træningsgange, ugentligt	1
Træningstider	Torsdage
Ekstra træninger	Ca. tre ekstratræninger inden Julecup
Stævner	Julecup Spring cup DM
Holdkontingent	450
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Teambuidlingdag

PEEWEE	SPIRIT
Level	3
Alder	8-12 år
Beskrivelse	Tigers Spirit er klubbens Peewee level 3 hold i aldersgruppen 8-12 år. Holdet er et konkurrencehold, og holdet er derfor som udgangspunkt lukket, da holdet er sat fra sæsonstart. Holdet træner fast 2 gange om ugen samt ekstratræninger i løbet af sæsonen. Til træning er der fokus på, at have det sjovt med sine venner, men samtidig forventes der seriøsitet og dedikation fra udøvere og forældre. Disciplin og fremmøde vægtes højt. Det forventes, at man mestrer de basale øvelser og færdigheder indenfor cheerleading, inden man tager del i dette hold. Hold er for let øvede og øvede, og holdet deltager i 3 danske konkurrencer om året.
Erfaring	Øvede og meget øvede
Træningsgange, ugentligt	2
Træningstider	Tirsdage og torsdage
Ekstra træninger	4 ekstra træninger for hver halve år
Stævner	Julecup Spring cup DM
Holdkontingent	550
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Hold t-shirt Teambuildingdag

PEEWEE	CHARM
Level	2
Alder	8-12 år
Beskrivelse	Tigers Charm er klubbens Peewee level 2 hold i aldersgruppen 8-12 år. Holdet er et opvisningshold, som opviser i 2-3 danske konkurrencer om året, men som har åbent for nye medlemmer hele sæsonen. Holdet træner 1 gang om ugen, og til træning er der fokus på at have det sjovt og få nye venskaber. Derudover er det målet at udfordre udøverne med basale cheerleading øvelser og færdigheder samt at lære dem kropsforståelse og kropskontrol for at styrke deres motorik. Holdet er for begyndere og let øvede.
Erfaring	Let øvede og øvede
Træningsgange, ugentligt	1
Træningstider	Mandage
Ekstra træninger	2 ekstra træninger for hver halve år
Stævner	Julecup Spring cup DM
Holdkontingent	350
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Hold t-shirt (efter aftale med forældre) Teambuildingdag

PEEWEE	STARLETS
Level	1
Alder	8-12 år
Beskrivelse	Tigers Starlets er klubbens Peewee level 1 hold i aldersgruppen 8-12 år. Holdet er et opvisningshold, som deltager til DM i Cheerleading, men som har åbent for nye medlemmer hele sæsonen. Holdet træner 1 gang om ugen, og til træning er der fokus på at have det sjovt og få nye venskaber. Derudover er det målet at udfordre udøverne med basale cheerleading øvelser og færdigheder samt at lære dem kropsforståelse og kropskontrol for at styrke deres motorik. Holdet deltager i deltager i 2 konkurrencer/opvisninger om året (SpringCup og DM). Holdet er for begyndere og let øvede.
Erfaring	Begyndere og let øvede
Træningsgange, ugentligt	1
Træningstider	Søndage
Ekstra træninger	Meget få ekstratræninger
Stævner	Spring cup DM
Holdkontingent	350
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	Hold t-shirt (efter aftale med forældre) Teambuildingdag Hvide ankelsokker

PEEWEE MINOR	FUTURE
Level	1
Alder	3-8 år
Beskrivelse	Tigers Future er klubbens Peewee Minor hold (level 1) i aldersgruppen 3-8 år. Holdet er et opvisningshold, som deltager til DM i Cheerleading, men som har åbent for nye medlemmer hele sæsonen. Holdet træner 1 gang om ugen, og til træning er der fokus på at have det sjovt og få nye venskaber. Derudover er det målet at udfordre udøverne med basale cheerleading øvelser og færdigheder samt at lære dem kropsforståelse og kropskontrol for at styrke deres motorik.
Erfaring	Begyndere
Træningsgange, ugentligt	1
Træningstider	Søndage
Ekstra træninger	Nej
Stævner	Spring cup DM
Holdkontingent	200
Basiskontingent	400
Økonomi for udøvere	