

Kinder- turnen & -fitness



Freie Plätze
nur auf Anfrage
bei den
jeweiligen Trainerinnen

Monika Krausert
Tel.: 0152/23256211
Motopädin



Freitag 9.15-10.15 Uhr
Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)

Elisa Bamberg
Tel.: 0178/4605259
Übungsleiterin



Montag 16.00-17.00 Uhr
Eltern-Kind-Turnen
„Turnzwerge“ (1-3 Jahre)



Andrea Schäfer
Tel.: 06027/6839
Übungsleiterin / Gymnastiklehrerin
Rückenschullehrerin / Faszientrainerin



Montag 17.00-18.00 Uhr
Eltern-Kind-Turnen
„Purzelbäumchen“ (1-3 Jahre)



„Kinder brauchen Bewegung!“

Durch Bewegung erfahren Kinder eine Menge über ihren Körper, ihre Fähigkeiten und ihre Umwelt.

Gemeinsam mit den Eltern und anderen Kindern Spaß an den vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten zu haben steht in diesem Kurs im Vordergrund.

Grundlegende Bewegungsabläufe wie krabbeln, gehen, laufen, springen, greifen, klettern, balancieren und vieles mehr (z.B. mit Handgeräten: Bälle, Luftballons, Reifen etc.) probieren die Kinder gemeinsam mit ihren Eltern aus.

Einfache, altersgemäße Kreis- und Fingerspiele und laufen und hüpfen zur Musik fehlt auch nicht.

Am wichtigsten ist allerdings der Spaß an der Bewegung und das Miteinander von Eltern und Kindern.

Monika Krausert
Tel.: 0152/23256211
Motopädin

Helferinnen:
Marla Hofmann
Anne-Christine Schleef

Montag 16.45-17.30 Uhr
Kinderturnen „Turntiger“ (3-4 Jahre)



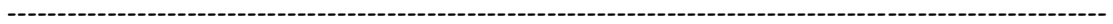
Svenja Fritsch
Tel.: 0176/23443891
ÜL-Helferin

Helferin:
Nina Müller

Montag 17.00-18.00 Uhr
Kinderturnen „Affenbande“ (5-6 Jahre)



<p>Ute Eckold Tel.: 0176/61874493 Übungsleiterin</p>
<p>Helferin: Constanze Lorscheider</p>
<p>Mittwoch 17.00-18.00 Uhr Kinderturnen (3-5 Jahre)</p>



<p>Melanie Birzer Tel.: 0170/1557418 Übungsleiterin / Abteilungsleiterin</p>
<p>Helfer: Max & Emma Birzer</p>
<p>Montag 17.30-18.30 Uhr Kinderfitness „Powerlinos“ (Schüler ab 1. Klasse)</p>



Wir möchten uns in dieser Stunde auf das fitmachen der Kinder im Allgemeinen festlegen. Kinder brauchen Bewegung und sollen mit Spaß einiges ausprobieren können.

Wir üben mit Bällen, machen Zirkeltraining oder es gibt auch mal wie die „Großen“ eine Fitnessstunde mit Kleingeräten zu Musik.

Solche Sachen und viele mehr werden wir ausprobieren und entdecken zu welchen Verrenkungen und Dingen der Körper in der Lage ist.

Angela Teichert
Tel.: 06027/4629926
Übungsleiterin

Helferinnen:
Finja Wegner
Marie Häntsch

Montag 14.30-16.30 Uhr
& Freitag 13.30-15.30 Uhr
Geräteturnen (ab 5 Jahre)
Turnmädels & Turnsternchen



Wir haben im Frühjahr 2019 mit dem Training begonnen und unser Ziel ist es, in Kleinostheim wieder eine leistungsorientierte Turngruppe aufzubauen, die in den nächsten Jahren auch an Wettkämpfen teilnehmen kann.

Die Mädchen trainieren zweimal die Woche 2 Stunden abwechselnd in der Schul- und Maingauhalle.

Erst einmal steht für uns die Förderung allgemeiner motorischer Grundlagen wie Laufen, Klettern, Hangeln, Balancieren, Rollen, Hüpfen, ... im Vordergrund. Zusätzlich üben die Kinder grundlegende turnerische Elemente wie Brücke, Spagat, Rolle, Handstand, Rad, Klimmzug sowie Aufzug am Reck und lernen in Dehn- und Spannungsübungen ihren Körper besser zu kontrollieren. Am Anfang und am Ende des Trainings wird immer gespielt, denn auch der Spaß und die Freude sollen nicht zu kurz kommen.