



## Geräteturnen (Schulkinder 6-12 Jahre)

+++ geräteturnen +++

Wir beginnen mit den Grundlagen des Geräteturnens und bauen nach und nach die Übungen an den Geräten Boden, Kasten, Schwebebalken, Reck, Stufenbarren und Trampolin auf. Ihr lernt einfache Übungen, wie Handstand, Rad, Rolle rückwärts, Trampolin springen usw... Je nach Lust und Können steigern wir die Übungen z.B. zum Handstandüberkippen am Kasten, Rad auf dem Schwebebalken oder den Felgaufschwung am Reck. Durch das Turnen wird eure Haltung verbessert, ihr werdet stark und beweglich. Turnen macht Spaß trainiert Koordination, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit und macht schlau.

Wenn ihr Lust habt mitzuturnen freue ich mich wenn ihr auch regelmäßig zum Training kommt. Bitte Sportkleidung, Gymnastikschuhe und Getränk mitbringen.

**Wann:** Mittwoch, 16:30 Uhr - 17:30 Uhr

**Wo:** Sporthalle A, GRS Feldkirchen, Richthofenstraße 1

**Übungsleiterin:** Marion - Trainerin C Turnen, Fitness und Gesundheit,  
Trainerin B Sport in der Prävention, Ayfer - Sportlehrerin und Sabrina - Vorturnerin

**Infos und Anmeldung:** TSV Büro 089/903 64 60 Büro: Mo. von 8.00 - 12.00 Uhr  
u. Do. von 9.00 - 12.00 Uhr oder per email: [office@tsvfeldkirchen.de](mailto:office@tsvfeldkirchen.de)