



# Kinderturnen beim TUS-Gerolsheim

**Ja das macht Spaß!**

**Beginn ab 12.09.2023**

**Was wir bieten:**

**Eltern-Kind-Turnen, ab Laufalter bis ca. 3 ½ – 4 Jahren  
dienstags von 15:45 Uhr bis 16:45 Uhr**

Im Eltern-Kind-Turnen lernen Kinder zusammen mit ihren Bezugspersonen, gemeinsam mit anderen Familien die Vielfalt des Kinderturnens kennen. Hierbei steht das Sammeln vielseitiger Bewegungserfahrungen mit und ohne Geräte und Materialien im Vordergrund. Durch Nachahmung und Probieren lernen die Kinder mit Fingerspielen, Bewegungsliedern, kleinen Spielen oder beim Kennenlernen der Gerätelandschaften mit Hilfe der Eltern und der Übungsleiterin die Welt des Kinderturnens kennen. Die Bezugspersonen sind gewünschte aktive Teilnehmer/innen, sie bieten Unterstützung und werden Spielgefährte oder selbst ein Spielgerät. Außerdem wird hier das soziale Miteinander gefördert.



**Kleinkinderturnen von ca. 3 ½ bis 5 Jahren  
donnerstags von 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr**

Hier erobern die Kinder erstmals ohne ihre Eltern/Bezugspersonen die Turnhalle mit ihren Bewegungsgeräten und leiden oftmals noch unter dem Trennungsschmerz. Unsere Stunde beginnt mit einer Begrüßungsrunde. Jedes neue Kind darf sich hier vorstellen damit es sich die Namen der Kinder einprägen kann. Kurze Kennen-Lern-Spiele lassen das Eis untereinander brechen. Danach gibt es verschiedene Mannschaftsspiele zum Aufwärmen. Dabei werden die Grundfähigkeiten wie Hüpfen, Fangen, Schrittübungen, Ball rollen, werfen und fangen sowie die Motorik und die Wahrnehmung geschult. Danach lädt ein Parcours mit klassischen Geräten wie Kasten, Langbänken, Barren und Trampolin zum Turnen ein. Hier werden Klettern, Balancieren und die Koordination vermehrt geschult. Außerdem haben wir ganz viel Spaß!

**Kinderturnen von ca. 5 bis 9 Jahren, gemischte Gruppe  
donnerstags von 16:30 – 17:30 Uhr**

Hier steht ein bunter Mix aus Spielen, Turnen an den Geräten, Ausdauertraining, Übungen am Boden sowie Entspannungsübungen im Vordergrund. Dabei werden Koordination, Motorik, Konzentration und die Geschicklichkeit geschult sowie die Muskulatur gestärkt und gefestigt. Die Übungen werden nach Vorgaben des DTB geübt. Der Spaßfaktor kommt dabei auch nicht zu kurz.

Alle Turnstunden finden im Dorfgemeinschaftshaus,  
An der Weet 1 in 67229 Gerolsheim statt.

Nähere Auskünfte erteilt Maike Preuss, DOSB-Übungsleiterin C unter 06359-82505