



Sportverein Reichling e.V.

Worum geht's genau und wie ist das Turnen aufgebaut?

Mit Lauf-, Ball- und Staffelspielen wärmen wir uns auf.

Mit Begeisterung lernen wir alle Sportgeräte kennen, die unsere Turnhalle so zu bieten hat. Mit Kleingeräten (Seile, Reifen, Bälle, Keulen usw.) kennen wir uns aus und wissen damit umzugehen.

Alle anfänglichen Herausforderungen sind dann über kurz oder lang ein Kinderspiel!

Bereits im Kleinkindalter wird gelernt, keine Angst vor großen Geräten (Barren, Reck, Bock, Kasten, Trampolin, Ringe, Schwebebalken usw.) zu haben, da uns ganz behutsam und spielerisch gezeigt wird, dass man auch mit diesen Gerätschaften viele großartige Sachen machen kann. Ganz neugierig sind immer alle Mädels auf Entdeckungsreise!

Auf vielseitige und abwechslungsreiche Weise üben und verbessern wir die koordinativen Fähigkeiten (z.B. räumliche Orientierung, Rhythmusgefühl und Gleichgewicht) und die konditionellen Fähigkeiten (Beweglichkeit, Kraft, Schnelligkeit, ect.).

Alle Gerätschaften, und das sind wirklich sehr sehr viele, werden in unsere Stunden eingebaut.

Und ganz interessant wird es dann, wenn es mal heißt: „Hallo zusammen, baut euch einen eigenen Parcours auf und stellt euch euren eigenen Herausforderungen!“ Da kommen die tollsten Bewegungslandschaften zustande und den Ideen sind keine Grenzen gesetzt.

Und immer mit dabei: Ganz viel Spaß!