

Geräteturnen ab 10 Jahre

Zeit: Mittwoch, 18:30 – 20:00 Uhr

Wir beginnen die Stunde meistens mit einem Fangspiel oder mit leichtem Aufwärmen.

Danach bauen wir ein oder zwei Geräte auf:

- Auf dem Minitrampolin machen wir verschiedene Sprünge
- Beim Bodenturnen lernen wir das Rad, Handstandabrollen oder die Rückwärtsrolle
- Am Reck üben wir den Felgaufschwung und den Unterschwing.
- Gelegentlich machen wir auch etwas mit dem Röhnrade.

Wir beenden die Stunde mit einem ruhigen Spiel.

Jeden Mittwoch von 18.30 bis 20.00 Uhr in der Jahnturnhalle

Kontakt:

Trainerin: Regine Eberlein

Telefon: 0176 25346480

E-Mail: regineeberlein@gmail.com