Geräteturnen ab 10 Jahre

Zeit: Mittwoch 18:30 bis 20:00 Uhr

Wir beginnen die Stunde mit Aufwärm-, Dehn- und Kraftübungen. Danach bauen wir eines oder mehrere der Turn-Geräte auf:
– Reck
– Barren
– Schwebebalken
– Kasten/Bock
– Ringe
– Trampolin
– Bodenmatte

Zum Abschluss der Stunde machen wir noch ein Spiel.

Kontakt:

Regine Eberlein

Tel.: 0176 70962039

E-Mail: regineeberlein@gmail.com