



Geräteturnen Jungen

Geräteturnen Mädchen

Geräteturnen Mädchen

Wirbelsäulengymnastik

Zu den Inhalten gehört die methodische und spielerische Vermittlung turnerischer Elemente am Boden, Reck und Sprung. Hierzu gehören z.B. Rollen, Handstände, Aufschwünge, Sprünge in die Schnitzelgrube, an der Airtrack, am Trampolin und über den Kasten. Im Aufwärmteil werden ergänzend Übungen zur Körperspannung, Kräftigung und Dehnung gemacht.

Leistungs- und altersunabhängige übergeordnete Zielsetzungen sind:

- Sammeln vielfältiger Erfolgserlebnisse durch Spaß und Faszination am Turnsport
- Förderung allgemeiner altersgemäßer motorischer und mentaler Grundlagen
- Vorbereitung auf den Schulsport, Freizeitsport und andere Sportarten
- Gewinnung von Selbstvertrauen und Motivation durch Erfolgserlebnisse
- Aufbau neuer Freundschaften in familiärer Atmosphäre



zu den Trainingszeiten

STB-Turnschule

„Flick Flack“

- unsere STB-Turnschule für Mädchen von 5 – 25 Jahre -

Turnspaß vom Mini-Turn-Team bis zum leistungssportlichen Wettkampftraining

Überschläge, Handstände und Räder auf der Airtrack. Saltos und Sprünge auf dem Bodentrampolin. Spaß und Training an der Schnitzelgrube. Übungen auf dem Schwebebalken und am Reck

Du möchtest unbedingt unsere einzigartige Turnschule mit Schnitzelgrube, Bodentrampolin, Airtrackmatten, Stufenbarren und Vielem mehr kennenlernen? Dann komm' einfach mal ganz unverbindlich in unserer „Turnfamilie“ vorbei und lass' Dich von der Vielseitigkeit des Gerätturnens faszinieren! Wir freuen uns auf Dich!



weitere Infos

STB-Turnschule

Das SG Mini-Turn-Team (ab 5 Jahre):

- Spaß an der Bewegung: spezielle turnerische Vorkenntnisse sind noch nicht notwendig
- altersgerechtes Training: Stütz-/Sprungkraft, Körperspannung, Balance, Beweglichkeit, Konzentration, Selbstvertrauen, Motivation
- spielerisches Erlernen erster Turnelemente: „der erste Sprung über den Bock, der erste eigene Handstand auf der Airtrack, das erste Rad, der erste Aufschwung am Reck,“

Grundlagen-/Fortgeschrittenentraining (1x/Woche):

- vielseitige Schulung turnerischer Grundlagen
- Erlernen einfacher/mittelschwerer Turnelemente
- Breitensportliches Training ohne Wettkämpfe
- freies Training „Just for Fun“ (ab 16 Jahre)

Talent-/Wettkampftraining (2x/Woche):

- Förderung spezieller Voraussetzungen
- alters- und leistungsabhängige Vermittlung schwieriger Elemente mit höchster Präzision
- wettkampfspezifische Elemente mit Orientierung am Kunstturnen und Kürbereich
- leistungsorientiertes Training mit Vorbereitung und Teilnahme an Wettkämpfen

Die Wirbelsäulengymnastik verbessert die Körperhaltung und beugt somit Rückenschmerzen vor.

Rückenbeschwerden gehören zu den häufigsten Krankheitsbildern unserer modernen Gesellschaft. Bewegungsmangel, einseitige Belastung, Stress – das sind nur einige Gründe, die zur Funktionschwäche, aber auch zur Verspannung der Muskulatur führen können.

Durch gezielte Gymnastik kräftigen, stabilisieren und mobilisieren wir die wirbelsäulenstützende Muskulatur.

Gemeinsam werden wir ein rückenfreundliches Verhalten für den Alltag erlernen und insbesondere die Muskelgruppen trainieren, die für eine gesunde Körperhaltung entscheidend sind.



zu den Trainingszeiten



SG SCHORNDORF SPORTGEMEINSCHAFT 1846 e.V.

Vereinsangebote der Turnabteilung



Zur Website



Eltern-Kind-Turnen

Spielerisch legen wir bereits im Vorschulalter gemeinsam mit den Eltern die Grundlagen für alle weiteren Sportarten bei den Kindern.

Gefördert werden Koordination, Beweglichkeit, Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer der Kinder. Sie erlernen hierbei alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten wie z. B. Laufen, Springen, Werfen oder das Drehen um alle Körperachsen.

Mit unseren Übungen orientieren wir uns an den jeweiligen Bedürfnissen und Fähigkeiten der Kinder. Im gemeinsamen Spielen und Bewegen lernen sie nachzugeben, sich zu behaupten und einander zu helfen.

Frühzeitig beugen wir damit auch der Entstehung von Haltungsschäden, Herz und Kreislaufschwächen und Übergewicht vor.



zu den Trainingszeiten



Vorschulturnen

Endlich ohne Eltern turnen und alles ausprobieren dürfen?

Das Vorschulturnen ist die optimale Fortsetzung des Eltern-Kind-Turnens. Dieses Angebot ist sportartübergreifend und breit gefächert.

Die Erfüllung der Bewegungs- und Spielbedürfnisse ist für die Persönlichkeitsentwicklung unserer Kinder unersetzlicher Bestandteil.

Die Erweiterung der allgemeinen motorischen Grundformen, die Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und das Erreichen einer Bewegungsvorstellung sind hier die motorischen Lernziele.

Durch dieses breit gefächerte Angebot können die Neigungen und Interessen der Kinder erkannt werden, eventuell kleine Talente gesichtet und später sportartspezifisch gefördert werden.



zu den Trainingszeiten



Kindertanz 1 (für Kinder von 5 bis 7 Jahren): Dieser Kurs richtet sich an alle Kinder, die Freude an Bewegung zur Musik haben.

Ganz ohne Leistungsdruck oder Wettkampfgedanken entdecken wir die unterschiedlichsten Bewegungsformen. Durch wechselnde Tänze und immer wiederkehrende Übungen werden Rhythmus und das Gefühl für den eigenen Körper und die Gruppe geschult.

Kindertanz 2 (für Kinder von 7 bis 9 Jahren): Dieser Kurs greift die Elemente von Kindertanz 1 auf.

Durch individuelle Improvisationen werden eigene Tänze entwickelt und einstudiert. Vorgegebene Choreografien werden eingeübt und gemeinsam erzählen wir kleine Geschichten mittels Körpersprache und Musik.



zu den Trainingszeiten

Ansprechpartner

Folgende Ansprechpartner stehen für weitere Fragen gerne zur Verfügung:



Geräbeturnen Mädchen



Unsere Angebote

info.turnen@sg-schorndorf.de



Abteilungsleiter

vorstand.turnen@sg-schorndorf.de



Info Beiträge

SG Schorndorf

Turnabteilung

Die Turnabteilung der SG Schorndorf ist sehr facettenreich aufgebaut. Von gesundheitsfördernden Angeboten bis hin zum Wettkampftraining bieten wir ein vielseitiges Programm für „Groß und Klein“, welches wir in diesem Flyer vorstellen.

Auch in den Ferien ist Langeweile tabu im Verein. Durch verschiedene Angebote, wie z. B. das Turncamp, haben die Kinder die Möglichkeit, sich auch in den Ferien sportlich zu betätigen und zugleich sind sie gut bei uns aufgehoben.

In unserer Sportgemeinschaft wird Zuwachs mit Freuden und offenen Armen begrüßt. Ein Probetraining ist jederzeit möglich.

