

Onlinetraining Angebot für Turnerinnen ab 5 Jahre

Gerne möchten wir unser Onlinetraining für Interessierte öffnen.

Wir bieten **Onlinetraining für Turnkücken ab Jahrgang 2015** an – einmal wöchentlich Dienstag um 15h treffen wir uns im gotomeeting Raum der Turnkücken.

Benötigt wird Spaß an der Bewegung, bequeme Kleidung, ausreichend Platz und ein Seil oder Bademantelgürtel als Linie und ein kleines Kissen. Wer hat – darf uns auch gerne mitteilen, ob er über einen kleinen Balken oder ähnliches verfügt.

Das **Training für Mädchen ab Jahrgang 2014** bieten wir mit 2 Einheiten in der Woche an.

Jeweils montags und donnerstags von 15-17h. Die Mädchen erwärmen sich oftmals mit Seilspringen, machen Mittelkörpertraining und üben die Grundlagen Rolle und Handstand, je nach Platz auch Räder und vieles mehr.

Ab Jahrgang 2013 wird ebenfalls 2x wöchentlich montags und donnerstags ab 17 h trainiert. Diese Mädchen verfügen schon über die Grundlagenelemente.

Bestandteil dieses Trainings sind Ausdauer, Kraft und Verbesserung der Grundlagen Handstand und Bogengang, sowie gymnastische Elemente.

In allen Trainingseinheiten wird an den Voraussetzungen der Beweglichkeit, die Essentielle ist für das Turnen, gearbeitet.

Anmeldungen laufen über die EMAIL turnen@tuspo-meissen.de

Vollständiger Name und eine Handynummer reichen zur ersten Anmeldung aus.

Wie immer wird dafür ein Endgerät benötigt, eine Internetverbindung und eine Kamera wäre wünschenswert, damit Korrekturen seitens des Trainers vorgenommen werden können.

Nicht Vereinsmitglieder bekommen eine Rechnung, die Teilnahme an einer Trainingseinheit kostet 5€.

Seid ihr schon Mitglied in einem oder unserem Verein, seid ihr automatisch auch bei Onlinetrainingseinheiten über euren/unseren Verein versichert.

Ansonsten besteht die Möglichkeit 1-2 x kostenlos zu schnuppern und dann Mitglied im Verein zu werden oder ihr seid eigenversichert.

Mitgliedsbeträge: Kind halbjährlich 28,50€

Ines Gidius – Abteilungsleitung Kunstturnen