

Name der Gruppe	Kinderturnen
Wann	Mittwoch
Uhrzeit	16:00 Uhr
Ort	Sporthalle am Hasenberg
Trainer	Corinna Bosch
Zielgruppe	Kinder zwischen drei und sechs Jahren
Trainingsziele	Spielerisch und durch Ausprobieren sollen die Kinder Freude und Interesse an vielseitigen Sportarten und an Bewegung bekommen.
Gruppenbeschreibung	<p>Kinderturnen ist DIE motorische Grundlagen- ausbildung für Kinder. Kinderturnen orientiert sich an den motorischen Hauptbeanspruch- ungsformen Koordination, Beweglichkeit, Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer.</p> <p>Kinderturnen fördert wie keine andere Sportart vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten wie Laufen, Springen, Werfen, Schwingen, Hangeln, Rollen und Drehen um alle Körperachsen.</p> <p>Dabei orientiert sich Kinderturnen an den Bedürfnissen und Fähigkeiten der Kinder. Im gemeinsamen Spielen und Bewegen mit Gleichaltrigen lernen sie nachzugeben, sich zu behaupten, einander zu helfen und zu kooperieren.</p> <p>Darüber hinaus widmet sich das Kinderturnen dem Thema Gesundheitsförderung und sorgt für eine „bewegte“ Kindheit. So wird der frühzeitigen Entstehung von Haltungs- und Herz Kreislaufschwächen, Übergewicht und Koordinationsschwierigkeiten noch vor dem Einschulungsalter vorgebeugt.</p>