



Ab die Post – Geräte-Parcours für die Kleinsten

Eltern-Kind-Turnen / Vorschulturnen / Mädchenturnen

Springen & Spielen

Als das Jahr 2022 begann, konnten wir endlich mit einigen coronabedingten Einschränkungen die Hallentüren wieder öffnen. Es war unglaublich die Begeisterung von Eltern und Kindern zu spüren und zu beobachten.

TEXT: INGRID TÜRK BILDER: INGRID + TINA TÜRK

Vorschulturnen

In der Halle wuselte es nur so. Für eine kurze Zeit war die Angst vor Ansteckungen völlig vergessen. Die Freude der Kinder endlich wieder mit anderen Kindern toben zu dürfen, war nicht zu übersehen.

Mit dem bekannten Lied „1, 2, 3 im Sauseschritt“ wird die Turnstunde immer eröffnet. Anschließend können sich die Zwerge an dem aufgebauten Geräteparcours mit Mama, Papa, Oma oder Opa im Schlepptau ausprobieren.

Nach kurzer Zeit wagen es auch ängstliche Kinder Hindernisse zu überklettern oder auf den Bänken zu balancieren. Zum Abschluss sammeln sich alle Kinder vorne im Tor zum gemeinsamen Spiel. Auf lautes Zählen bis 3 wirft die Trainerin viele Tennisbälle aus einer großen Kiste in die Halle. Jubelnd rennen die Kleinen los, sammeln alle Bälle auf und werfen sie zurück in die Kiste. Dies muss natürlich wiederholt werden bis das Abschlusslied vom Riesen und den Zwergen die Turnstunde beendet. Laufen, Springen und Spielen verbindet. Wir hoffen, dass es zukünftig keinen Lockdown mehr geben wird. →



Balanceakt – zum Glück sind die Großen mit dabei

ÜBUNGSZEITEN:

Eltern-Kind-Turnen (ab 1 Jahr)

Dienstag, 15.30 – 16.15 Uhr: Eltern-Kind-Turnen (ab 1 Jahr)

Trainerinnen: Ingrid Türk und Tanja Scherhauser

Ort: Gemeindehalle Höfen-Baach



Vorschulturnen – gar nicht so einfach mal still zu halten

Vorschulturnen

Das Vorschulturnen ist für Jungs und Mädels ab dem Kindergarten geeignet. Hier müssen die Eltern draußen bleiben.

Die ersten turnerischen Erfahrungen aus dem Eltern-Kind-Turnen werden nun erweitert. Gezielte Aufgabenstellungen erfordern von den Kleinen Disziplin und Konzentration.

ÜBUNGSZEITEN:

Vorschulturnen (ab 3 Jahre bis zum Schuleintritt)

Dienstag, 16.15 – 17.00 Uhr:

Trainerinnen: Ingrid Türk, Jenny Hilt und Tanja Scherhauser

Ort: Gemeindehalle Höfen-Baach

Sich in der Gruppe anzustellen bis man an der Reihe ist und das zu machen, was die Trainerinnen vorgeben, fällt am Anfang noch sehr schwer. Aufwärmspiele am Anfang kommen dem Bewegungsdrang der Kinder entgegen.

Die anschließenden Übungen an dem Geräteparcours wie Springen auf den Kasten, Rolle vorwärts oder rückwärts, alleine ohne Hilfe eine Höhe zu überwinden, ist für die Kinder anstrengend, aber macht sie auch stolz, wenn es gelingt.

Kleine Lauf-, Wett- oder Fangspiele beendet jede Turnstunde.

An dieser Stelle möchte ich mich ganz herzlich bei Jenny Hilt und Tanja Scherhauser bedanken, die mich tatkräftig unterstützen.

Ohne sie wäre das Training mit teilweise über 20 Kinder nicht möglich.



Mädchenturnen – die turnerischen Grundlagen werden gelegt.

Mädchenturnen

Sobald die Mädchen in die Schule kommen wechseln sie aus dem Vorschulturnen in diese Turngruppe. Unsere Neukonzeption alle Mädchen ab 6 Jahren in einer Gruppe zu trainieren und dafür die Trainingszeit zu verlängern, hat sich bewährt, zumal Celine Hägele als zweite Trainerin zur Verfügung steht. Denn eine altersmäßige Trennung ist so in einer Trainingszeit gewährleistet.

Die Mädchen erlernen die ersten Turngrundlagen, Ängste bei Sprüngen über Kästen müssen überwunden werden, Übungen am Boden wie Räder, Radwende, Handstände, Flugrollen und vieles mehr werden von den Mädels gefordert. Jedes Kind ist richtig stolz, wenn das erste Rad gelingt.

Das gemeinsame Spiel am Ende jeder Stunde begeistert die Kleinen wie die Großen. Soziales Ver-

halten, Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft stehen hier im Vordergrund. Über Bewegungsarmut muss man sich bei diesen Kindern bestimmt keine Gedanken machen.

Leider konnte auch dieses Jahr der so geliebte Kinderfasching wieder nicht stattfinden. Dies ließen die Coronabestimmungen leider erneut nicht zu. ■

ÜBUNGSZEITEN:

Mädchenturnen

Freitag, 14.30 – 16.00 Uhr Mädchenturnen (ab 6 Jahre)

Trainerinnen: Ingrid Türk und Celine Hägele
Ort: Gemeindehalle Höfen-Baach