



Eltern-Kind-Turnen – Klettern und Rutschen mit den Erwachsenen

Eltern-Kind-Turnen / Vorschulturnen / Mädchenturnen

# Bewegung, Spaß und

Immer wieder werden wir von Eltern gefragt: „Wann darf mein Kind zum Turnen kommen?“  
Die Antwort: „Sobald es krabbeln oder laufen kann“ mit Mama, Papa, Oma oder Opa im Schlepptau. Kinder ab 1 Jahr tummeln sich so jeden Dienstagnachmittag in der Sporthalle.

TEXT: INGRID TÜRK BILDER: TINA + JAN TÜRK, ANNETTE KLENK, LEONIE KÖNIG

**Eltern-Kind-Turnen – Bewegungsabläufe meistern**  
Die erste sportliche Übung für die Eltern ist gemeinsam den Geräteparcours für die Kleinen aufzubauen. Die Sportgeräte sind nicht gerade leicht und ersparen so schon einmal das Fitnessstudio. Ist alles für die Kiddies hergerichtet, tönt es aus dem Lautsprecher

„1,2,3 im Sauseschritt“ und die Kinder wissen: jetzt geht's los. Die ersten Sportregeln werden so erlernt. Denn auch die Kleinsten wissen schon ganz genau, dass sie nicht an die Sportgeräte dürfen, solange wir uns nicht begrüßt haben.

Ist die Musik beendet, schauen sich unsere Zwerge um und suchen sich ihre Lieblingsstation aus. Ob Hinaufklettern auf die Sprossenwand und dann eine tolle Bankrutsche herunterrutschen, auf einen Kasten klettern und den Sprung in die Weichbodenmatte wagen, auf dem Trampolin springen oder einfach nur mit Bällen oder Reifen spielen – schon die Kleinsten sind kreativ und erfinderisch. Ohne Angst, da die Eltern ja immer dabei sind, bewältigen sie enorme Höhen und machen erste Erfahrungen beim Klettern, Springen, Rollen und Laufen über Hindernisse. Meist fällt es den Eltern sehr schwer die

## ÜBUNGSZEITEN

### Eltern-Kind-Turnen (ab 1 Jahr)

Dienstag, 15:30 – 16:15 Uhr: Eltern-Kind-Turnen (ab 1 Jahr)

Trainerinnen: Annette Klenk und Larissa Dangel,  
unterstützt durch Eltern

Ort: Gemeindehalle Höfen-Baach



Vorschulturnen – Hüpfen und Toben ohne die Großen

# Gemeinschaft

Kinder los zu lassen und zu erfahren wie ihre Kinder viele Bewegungsabläufe alleine meistern. Es ist erstaunlich, wie geschickt sich die Kinder mit bereits 2 Jahren bewegen. Einen Purzelbaum kann fast jedes Kind, das regelmäßig zum Turnen kommt. Die Eltern genießen diese Turnstunde genauso wie die Kinder selbst. Man trifft andere Mamas und Papas, die Kinder können sich austoben und man sitzt nicht immer auf dem Spielplatz.

Auch denken wir, dass viele Anregungen und Denkanstöße gerne mit nach Hause genommen werden. Viel zu schnell vergeht die Turnstunde, die jedes Mal mit einem Singspiel beendet wird. Hungrig, durstig und auch etwas müde verlassen die Windelpakete bis zur nächsten Turnstunde die Halle.

## Vorschulturnen – erste turnerische Erfahrungen

Wie der Name schon sagt, turnen in dieser Gruppe Jungs und Mädels sobald sie in den Kindergarten gehen und bereit sind, sich von Mama oder Papa zu trennen: Denn hier müssen die Eltern draußen bleiben. Die ersten turnerischen Erfahrungen aus dem Eltern-Kind-Turnen werden hier erweitert.

Gezielte Aufgabenstellungen erfordern von den Kleinen Disziplin und Konzentration. Sich an- →



Kinderfasching – Großer Auftritt der Turnerinnen vom Mädchenturnen

## ÜBUNGSZEITEN

### Vorschulturnen (ab 3 Jahre bis zum Schuleintritt)

Dienstag, 16:15 – 17:00 Uhr:

Trainerinnen: Annette Klenk unterstützt durch Larissa Dangel, Ulli Hägele, Lisa Kleibel und Britta Warbanoff

Ort: Gemeindehalle Höfen-Baach



Mädchenturnen 1 – Freude an der Bewegung



Highlight – Großer Auftritt beim Kinderfasching

stellen und warten bis man an der Reihe ist, fällt den Kids oft schwer. Auch hier beginnt jede Turnstunde mit Musik, die die Kinder zum Bewegen anregt. Begriffe wie rechts und links, auf einem Bein stehen, hüpfen und dabei nicht umzufallen, erfordern die erste Körperbeherrschung.

Sobald wir alle ins Schwitzen gekommen sind, wird die Gruppe meist nach Alter geteilt. Es geht an die Geräte. Die Sprünge werden höher und gewagter, Hindernisse müssen überwunden werden. Der erste Handstand und die Rolle rückwärts werden probiert. Zum Schluss darf natürlich ein tolles Fang-, Lauf- oder Ballspiel nicht fehlen. Dabei kann sich jedes Kind noch einmal so richtig austoben. Ausgewupert und glücklich vom Toben verlassen die Kinder die Halle und werden von ihren Eltern in Empfang genommen. Unser Vorschulturnen ist bei Kindern und Eltern gleichermaßen beliebt. Diese große Nachfrage freut uns sehr – bringt aber auch organisatorische Herausforderungen mit sich.

Beim Eltern-Kind-Turnen tummeln sich regelmäßig bis zu 60 Kinder, Eltern und Großeltern in der Halle. Damit die Kleinsten gleich zu Beginn beschäftigt sind, bauen wir vor der Stunde einen spannenden Geräteparcours auf. Die Geräte sind allerdings schwer und müssen sicher aufgebaut werden. Das gelingt nur, wenn sich mehrere Erwachsene bereit erklären, tatkräftig mit anzupacken. Leider wird es immer schwieriger, genügend Helfer zu finden – was unse-



Mädchenturnen 2 – in verschiedenen Disziplinen wie Turnen, Kraft- und Dehnübungen werden neue Bewegungen ausprobiert.

re engagierten Übungsleiterinnen natürlich etwas traurig macht. Auch das Vorschulturnen erfreut sich großer Beliebtheit: Derzeit nehmen rund 30 Kinder teil. Damit wir weiterhin eine gute Betreuung und individuelle Anleitung gewährleisten können, mussten wir vorübergehend einen Aufnahmestopp bis Ostern einführen. Ein herzliches Dankeschön geht an unsere Übungsleiterinnen Larissa Dangel, Annette Klenk, Ulli Hägele, Lisa Kleibel und Britta Warbanoff, die mit viel Herzblut, Kreativität und Engagement die Turnstunden gestalten. Ihr Einsatz sorgt Woche für Woche für strahlende Kinderaugen und jede Menge Spaß an der Bewegung!

### Mädchenturnen – abwechslungsreiche Übungen

Beim Mädchenturnen steht die Freude an Bewegung im Mittelpunkt! Jeden Freitag verwandelt sich unsere Turnhalle in einen Ort voller Energie, Lachen und Begeisterung. Unsere beiden Gruppen sind mit viel Eifer dabei, zu turnen, zu spielen und neue Bewegungen auszuprobieren. Neben klassischen Turnübungen wie Sprung, Rolle vorwärts und rückwärts, Rad, Radwende und Handstand gehören auch Spiele, kleine Yoga-Einheiten sowie Kraft- und Dehnübungen zum Programm. Ein besonderes Highlight sind unsere Auftritte bei Vereinsveranstaltungen – wie etwa beim Kinderfasching. ■

*Ingrid Türk, Annette Klenk und Céline Hägele*



Applaus – die Turnmädchen auf der Karnevals Bühne

### ÜBUNGSZEITEN:

#### Mädchenturnen (ab 6 Jahren)

Freitag, Gruppe 1: 15:00 – 16:00 Uhr Mädchenturnen (6-8 Jahre)  
Freitag, Gruppe 2: 16:00 – 17:00 Uhr Mädchenturnen (ab 8 Jahre)

Trainerinnen: Céline Hägele, Leonie König, Annette Klenk und Katrin Souczek unterstützt durch Matilda und Lina

Ort: Gemeindehalle Höfen-Baach