

Einladung zu einer Schnupperstunde im Gerätturnen

Am **Freitag, den 01. Oktober 2021** findet von **18:00-19:00 Uhr** eine Schnupperstunde vom Gerätturnen des TV Trebur, in der **Großsporthalle am Stadion** (hinterer Eingang) statt.

Wenn du Spaß an Bewegung und Turnen hast und zwischen **6 und 18 Jahren** alt bist, dann komm vorbei und schau dir das Training bei uns an. Wir bieten unterschiedliche Alters- und Leistungsgruppen an, wo sicherlich eine passende Gruppe für dich dabei ist.

Beim Gerätturnen besteht das Ziel darin, verschiedene Übungen an 4 Geräten durchzuführen. Es wird am **Boden, Sprung, Balken und Stufenbarren / Reck** geturnt. Es fördert Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Körperbeherrschung, Kondition und Konzentration.

Wir trainieren leistungsbezogen auf Wettkämpfe im Turngau Main-Rhein hin. Hier nehmen wir an Einzelmeisterschaften, wie auch Mannschaftsmeisterschaften teil. **Ihr lernt die so genannten Pflichtübungen (P-Stufen) an allen 4 Turngeräten, nach Alter gestaffelt.**

Nach einem Probemonat wird der Trainer eine Empfehlung aussprechen, ob ihr beim Gerätturnen oder eher beim allgemeinen Turnen gut aufgehoben seid. **Für jedes Können gibt es im TV Trebur eine geeignete Turngruppe.**



Wir freuen uns auf Euch

Das Trainerteam

Trainingszeiten: 8 - 18 Jahre – Mittwoch 17-19 Uhr / Freitag 17:30-18:30
6 - 8 Jahre – Freitag 18:00-19:30 Uhr