

Liebe Sportfreunde

Wir: die Abteilung Turnen, sind stets bemüht, für Alle, die Freude an sportlichen Aktivitäten haben, etwas zu bieten.

Das **Eltern-Kind-Turnen** ist für Kinder vom Laufalter bis zum Kindergartenentrtritt. Es werden Bewegungsspiele mit und ohne Kleingeräte, sowie Spielturnen an und mit Großgeräten geübt. Die Eltern sind aktiv mit dabei.

Bei unserem Angebot **Familienbande in Bewegung** für Mamas & Papas und Omas & Opas mit Kindern von 1-4 Jahren dürfen alle zusammen Turnen.

Das **Klein-Kinder-Turnen** für Kinder ab dem Kindergartenentrtritt, bis zum Vorschulalter. Bewegen-Springen-Singen- das soll unser Motto sein; drum schau einfach mal bei uns vorbei. Das **TigerTurnen** für Vorschulkinder und Kinder der ersten Klasse mit Spiel, Spaß und Bewegung. Das **Kinder-Turnen** für Kinder von der 2. – 4. Klasse. Hier wird das Gelernte von der vorherigen Gruppe ausgeweitet und vertieft. Natürlich kommen Spiel und Spaß nicht zu kurz. **Spiel, Sport und Spaß** Das Turnen für Kinder ab der 5./6. Klasse. Da ist schon mehr Leistung angesagt. Geturnt wird an allen Geräten und es werden alle sportlichen Möglichkeiten, die unsere Halle bietet, genutzt.

Das **Aerobic** (ab 16 Jahre) bietet einen Mix aus Step, Aerobic und Ganzkörpertraining an.

Beim **MamaFit (Outdoor)** gibt es ein abwechslungsreiches Body-Workout für die Mamas, während die Babys mit dabei sind.

Verschaffen Sie sich die Bewegung beim **Fitness-Mix für Junggebliebene**. Gymnastik, Aerobic, Spiele, Dehnung, Kräftigung, Entspannung u. v. m. Hier kann man so richtig Dampf ablassen und sich danach herrlich locker und entspannt fühlen. **Walking** ist ein Angebot für Frauen und Männer aller Altersklassen. Hier stehen die Bewegung an der frischen Luft und ein gelegentlich gemütliches Zusammensein im Vordergrund.

Bauch, Beine, Po, und Yoga

Gönnen Sie sich Erholung für Körper und Geist. Leitspruch der Übungsleiterinnen: „Was uns gut tut - kann Ihnen nicht schaden! **Tischtennis** ist ein Angebot für alle, die sich in ihrer Freizeit gerne dieser Beschäftigung widmen und Freude am gemeinsamen Spiel haben.

Volleyball Freizeitsport für alle.

TigerTurnen

Montag: 16:00 – 17:00 Uhr, Römerhalle

Turnen für alle Vorschüler u. Kinder der ersten Klasse (5-7 Jahre)

Leiterin: Aylene Rösch, Tel. 0170-5950075

Aerobic

Montag: Okt. – April 19:00 – 20:00 Uhr, Römerhalle

März – Sep. 19:30 – 20:30 Uhr, Römerhalle

Leiterin: Franziska Stauß, Tel. 01577 8942550

Fitnessmix für Junggebliebene

Dienstag: 19:00 – 20:00 Uhr, Römerhalle

Leiterin: Alena Kotz und Vanessa Knorr

Familienbande in Bewegung

Mittwoch: 16:00 – 17:30 Uhr, Römerhalle

Turnen für (Groß)Eltern und Kinder von 1-4 Jahren

Leiterin: Aylene Rösch, Tel. 0170-5950075

Walking

Mittwoch: Winter 16.00 - Sommer 18.00 Uhr

Treffpunkt am Wasserhäusle (Buzach)

Leiterin: Maria Moosbrugger, Tel. 14688

Bauch, Beine, Po

Mittwoch: 20:00 – 21:00 Uhr, Römerhalle

Leiterin: Ariane Kopp, Tel. 187158

Kinder-Turnen

Donnerstag: 15:00 – 16:30 Uhr, Römerhalle

Turnen für die 2.- 4. Klasse

Leiterin: Kirsten Mors, Tel. 686878

YOGA

Donnerstag: 18:30 – 19:30 Uhr, Römerhalle

Freitag: 8:30 – 9:30 Uhr, Römerhalle

Leiterin: Kirsten Mors, Tel. 686878

Eltern-Kind-Turnen

Freitag: 9:30 – 10:45 Uhr, Römerhalle

Turnen für Kinder vom Laufalter bis zum Kindergartenentrtritt

Leiterinnen: M. Enders, Tel. 0173-419110, Y. Dambacher, Tel. 0176-45834022

Kleinkinder-Turnen

Freitag: 15:00 – 16:00 Uhr, Römerhalle

Eintritt Kindergarten bis Vorschule (3-5 Jahre)

Leiterin: Kirsten Mors, Tel. 686878

Kim Boos, Nadine Selje und Helfer

Sport, Spiel und Spaß

Freitag: 17:00 – 18:30 Uhr, Römerhalle

Turnen und Spiele aller Art ab der 5. Klasse

Leiterin: Kerstin Hellwig, Tel. 182975

Tischtennis

Freitag: 19:00 – 20:00 Uhr Römerhalle

Leiter: Urban Wagner, Tel. 61128

(Tischtennisschläger sind vorhanden)

Volleyball für alle

Freitag: 20:00 – 22:00 Uhr, Römerhalle

Leiter: Erich Wolf, Tel. 3342

KURSANGEBOT:

Infos über das Gemeindeblatt oder

direkt bei Daniela Henselmann

Präventionskurse für Erwachsene

(z.B. Pilates, Faszien-Fit, Relax – Entspannung pur, Body & Mind, Fitter Rücken)

Übungsleiterin: Daniela Henselmann, Tel. 4216

**Hast Du Lust bekommen
mitzumachen?**

Du bist herzlich willkommen:

**Schau doch einfach
mal bei uns vorbei!**

**Die Mitgliedsbeiträge für die Abteilung Turnen,
betragen derzeit
pro Jahr:**

	18,00 €
Erwachsene:	
1. Kind	14,00 €
2. Kind	10,00 €
3. und jedes weitere Kind	0,00 €
Jugendlicher / Student:	14,00 €

Zu diesem Abteilungsbeitrag erhebt der

Gesamtverein noch einen Jahresbeitrag von:

Die Abteilung Turnen

Kirsten Mors (Abteilungsleitung)
07571/686878

Judith Konze (stellv. Abteilungsleitung)

Yvonne Dambacher (Jugendleiterin)
0176/45834022
Ayline Rösch (Kassiererin)
0170 5950075

Janka Schütze (Schriftführerin)
07571/681099

Katja La Torre (Beisitzerin)
07571/1839733

Ariane Kopp

(Beisitzerin)
07571/187158

	18,00 €
Erwachsene	
Familie	38,00 €
Alleinerziehende +Kinder	20,00 €
Jugendliche + Studenten	9,00 €
Kinder:	6,00 €

**Weitere Auskünfte erteilen auch gerne
unsere Übungsleiter/innen**

**Wir freuen uns, wenn Ihr bei Aktionen und
Veranstaltungen**

Sportverein Inzigkofen e.V.



Abteilung

Turnen,

Gesundheits-
und
Freizeitsport

Einzelne Angebote sind
mit dem Pluspunkt Gesundheit
ausgezeichnet



Stand: September 2022