

Riegenbeschrieb/Trainingsinhalt

<p>ELKI ca. 3-5 Jahre</p> <p>Auf spielerische Weise turnen und Sportarten kennenlernen</p> <p>Turnrituale kennenlernen und Freunde finden</p> <p>Spannende Erlebnisse mit Gleichaltrigen und Eltern</p>	<p>Leichtathletik ab 10 Jahre</p> <p>Alle Disziplinen, alle Altersgruppen</p> <p>Mit Freude und Spass die Techniken erlernen und trainieren (2x pro Woche)</p> <p>wettkampf- und meisterschaftsorientiert</p>	<p>Polysport 1 und 2 ab 3.Kl bis 8.Kl</p> <p>Augenmerk auf Spiel und Spass, Schulsport & Koordination</p> <p>In der Gemeinschaft turnen und Spass haben</p>	<p>Turnerinnen Montag</p> <p>polysportiv mit Kraft- und Konditionsparcours</p> <p>Diverse Mannschaftssportarten</p> <p>Teamgeist und Gesellschaft</p>
<p>KITU ab gr. Kindergarten</p> <p>Auf spielerische Weise turnen und Sportarten kennenlernen. Turnrituale kennenlernen und Freunde finden</p>	<p>Volleyball ab 4. Klasse</p> <p>Jugend Spiel und Spass, Techniken erlernen</p> <p>Aktive Wettkampf orientiertes Training</p>	<p>Polysport 3 ab 15 Jahren</p> <p>Hauptaugenmerk auf verschiedene Spiele, Koordination, Teilnahme an Turnfest</p>	<p>Turnerinnen Mittwoch-Nachmittag</p> <p>Freude an Bewegung und Koordination, Turnen in der Gruppe</p> <p>Teamgeist und Gesellschaft</p>
<p>VAKI ca. 3-6 Jahre</p> <p>Spannende Erlebnisse mit gleichaltrigen</p> <p>Kinder turnen Zusammen mit Erwachsenen auf spielerische Art</p>	<p>Team Aerobic ab 4. Klasse</p> <p>Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination, mit Musik und Choreografie</p> <p>wettkampf- und meisterschaftsorientiert</p>	<p>Korbball ab 5. Klasse</p> <p>Mit Freunde und Spass am Spiel</p> <p>Teamsport und Gesellschaft</p>	<p>Turnerinnen Mittwoch-Abend</p> <p>körperliche Fitness erhalten und stärken für Frauen ab ca. 45 Jahren</p> <p>Teamgeist und Gesellschaft</p>
<p>JUGI 1&2 ab 1.Klasse & 2. Klasse</p> <p>Augenmerk auf Spiel und Spass, Schulsport & Koordination</p>	<p>Kleinfeldgymnastik ab 16.jahren</p> <p>Spass an der tänzerischen und akrobatischen Bewegung zur Musik (drinnen & draussen)</p> <p>Freude, gemeinsam eine Choreografie zu erarbeiten und an Events (Turnfest) vorzuführen</p>	<p>Aktivriege ab 16-Jahren</p> <p>Kraft- und Konditionsparcours für alle. Hier kommst du ins Schwitzen!</p>	<p>Turner ab ca. 30 Jahren</p> <p>Hauptaugenmerk auf verschiedene Spiele für Männer</p> <p>Teamsport und Gesellschaft</p>