

## SPIELERISCHES GERÄTTURNEN

Durch das Gerättturnen werden vor allem koordinative und konditionelle Fähigkeiten entwickelt, aber auch Mut, Willensqualitäten (Selbstmotivation...) und Selbstbeherrschung.

Das Turnen im Sinne des Bewegens an und mit Geräten leistet hier, aufgrund der damit verbundenen vielseitigen Entwicklung des Stütz und Bewegungsapparates, einen wertvollen, sportartübergreifenden Beitrag.

### Stundeninhalte:

- Spielerisches und vielseitiges Aufwärmen (ohne / mit Geräten ...),
- Spielerisches Herantasten an die Grundtätigkeiten (HANGELN, KLETTERN; STÜTZEN, DREHEN, SPRINGEN, FLIEGEN-LANDEN...) an den diversen Geräten: RECK, MATTEN, GITTERLEITERN, SPROSSENWÄNDE, KASTEN ...in Verbindung mit Kleingeräten
- Einfache TURNELEMENTE (methodisch aufgebaut ...) SPIELE zum Stundenausklang (Staffeln, Parcours)

Bei diesem Kurs steht **Individualisierung** an der Tagesordnung. Jedes Kind wird auf seinem Niveau gefördert!

### Eckdaten:

Zielgruppe: UNTERSTUFE 1.- 4. Klasse

Kosten: 75 min. x 12 Termine.....€ 96,--

Termin: Montag, 16:00-17:15

25.9	2.10.	9.10.	16.10	23.10.	6.11.	13.11.	27.11.	4.12.	11.12.	18.12.	8.1.	Ersatz 15.1.	Ersatz 22.1.
------	-------	-------	-------	--------	-------	--------	--------	-------	--------	--------	------	-----------------	-----------------

Auch EXTERNE Kinder dürfen unsere Kurse besuchen!

Für weitere Informationen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Ich freue mich auf tolle Einheiten mit tollen Kindern!

Nikolaus Kaspirek

0676/7102188

[n.kaspirek@gmx.at](mailto:n.kaspirek@gmx.at)