



## Sportangebote SG 1862 Anspach e.V. Abteilung Turnen :

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
09:00			9:00 - 10:45 <b>PRÄVENTIVES FITNESSTRAINING</b> Edwina gr. Turnhalle FLJH	9:00 - 10:00 <b>FIGUR IN FORM - FUNKTIONELLE GYMNASTIK</b> Jutta gr. Turnhalle FLJH	9:30 - 10:45 <b>ELTERN-KIND-TURNEN 0-2 Jahre</b> Julia gr. Turnhalle FLJH	09:00 - 12:00 <b>GERÄTTURNEN LEISTUNGSGRUPPE</b> Anke und Katja gr. Turnhalle FLJH
10:00	10:00 - 11:00 <b>60 PLUS</b> Dieter gr. Turnhalle FLJH		11:00 - 12:00 <b>„BEWEGT ÄLTER WERDEN“ - SENIOREN-FITNESS</b> (08.08.-26.09. = 8 Kurseinheiten) Jutta gr. Turnhalle FLJH	10:10 - 11:10 <b>PILATES - BEWEGUNG UND DENKEN GEHÖREN ZUSAMMEN</b> Jutta gr. Turnhalle FLJH		
	10:00 - 11:00 <b>RÜCKENPOWER</b> Carmen Gymnastikraum FLJH					
11:00	11:15 - 12:00 <b>REHA ORTHOPÄDIE</b> Carmen Gymnastikraum FLJH				11:00 - 12:00 <b>SENIORINNEN-GYMNASTIK</b> Julia gr. Turnhalle FLJH	
15:00		15:00 - 16:00 <b>KLEINKINDERTURNEN 5-6 Jahre</b> Gudrun gr. Turnhalle FLJH	15:30 - 17:00 <b>REHA NEUROLOGIE</b> Cornelia Gymnastikraum HAS	15:00 - 16:00 <b>KLEINKINDERTURNEN 3-6 Jahre</b> Christine und Nadia gr. Turnhalle FLJH	15:00 - 16:00 <b>KINDERTURNEN 5-8 Jahre</b> Christine und Nadia gr. Turnhalle FLJH	
16:00		16:00 - 17:00 <b>KLEINKINDERTURNEN 3-4 Jahre</b> Gudrun gr. Turnhalle FLJH	16:00 - 17:00 <b>WETTKAMPF- GYMNASTIK UND TANZ ab 8 Jahre</b> Inga und Sinja gr. Turnhalle FLJH	16:00 - 17:00 <b>ELTERN-KIND-TURNEN 2-4 Jahre</b> Christine und Nadia gr. Turnhalle FLJH	16:00 - 18:00 <b>BEWEGUNGSBAUSTELLE 6-14 Jahre</b> Jolanta gr. Turnhalle FLJH	
		16:30 - 18:00 <b>WETTKAMPF- EINZELGYMNASTIK 6-12 Jahre</b> Sabine und Anika gr. Turnhalle FLJH			16:00 - 18:00 <b>GERÄTTURNEN LEISTUNGSGRUPPE ab 5 Jahren</b> Anke und Katja gr. Turnhalle FLJH	
17:00	17:00 - 19:00 <b>GERÄTTURNEN LEISTUNGSGRUPPE ab 5 Jahren</b> Anke und Katja gr. Turnhalle FLJH		17:00 - 18:30 <b>WETTKAMPF- GYMNASTIK UND TANZ ab 12 Jahre</b> Inga und Sinja gr. Turnhalle FLJH	17:00 - 18:00 <b>REHA DIABETES</b> Birgit kl. Gymnastikraum HAS	17:00 - 19:30 <b>WETTKAMPF- GYMNASTIK UND TANZ ab 12 Jahre</b> Inga und Sinja Turnhalle HAS	
			17:00 - 18:00 <b>REHA (BRUST-) KREBSNACHSORGE</b> Almut Gymnastikraum FLJH			
18:00		18:00 - 18:30 <b>WETTKAMPF- EINZELGYMNASTIK 6-12 Jahre</b> Sabine und Anika Gymnastikraum FLJH	18:00 - 19:30 <b>MINI-MITTWOCHSTRIMMER 6-12 Jahre</b> Rolf gr. Turnhalle FLJH		18:00 - 20:00 <b>GERÄTTURNEN LEISTUNGSGRUPPE ab 11 Jahren</b> Anke gr. Turnhalle FLJH	
		18:15 - 19:15 <b>PILATES - EIN NEUES KÖRPERGEFÜHL ENTSTEHT</b> Rita DGH RaB	18:30 - 21:00 <b>GERÄTTURNEN LEISTUNGSGRUPPE ab 11 Jahren</b> Anke gr. Turnhalle FLJH			
19:00	19:00 - 20:15 <b>HALTUNGSTRAINING</b> Edwina gr. Gymnastikraum HAS	19:00 - 20:00 <b>WIRBELSÄULENGYMNASTIK</b> Nicole Gymnastikraum FLJH				
	19:00 - 20:45 <b>MONTAGSTURNERINNEN</b> Ursula gr. Turnhalle FLJH	19:00 - 20:15 <b>KAHA®</b> (07.08.-25.09. = 8 Kurseinheiten) Jutta gr. Turnhalle FLJH	19:30 - 20:30 <b>BBP - BAUCH, BEINE, PO</b> Judith kl. Gymnastikraum HAS			
20:00	20:15 - 22:00 <b>GANZKÖRPERTRAINING</b> Edwina gr. Gymnastikraum HAS		20:00 - 21:00 <b>FUNKTIONELLE GYMNASTIK FÜR FRAUEN</b> Karin DGH RaB	20:00 - 22:00 <b>BLUE SISTAZ - SHOWTANZ</b> Anika und Melanie Gymnastikraum FLJH	20:15 - 21:30 <b>FITNESSTRAINING</b> Hartmut kl. Gymnastikraum HAS	
	20:30 - 21:30 <b>AROHA®</b> Inga kl. Gymnastikraum HAS		20:00 - 22:00 <b>MITTWOCHSTRIMMER</b> Klaus gr. Turnhalle FLJH			

						
<b>Sportangebote SG 1862 Anspach e.V. Abteilung Turnen :</b>						
MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	

<b>Kinderturnen -</b> Bewegungsangebote für Kinder im Alter von 0-14 Jahren, bei denen das Engagement, die Qualität und Zukunftsorientierung stets im Interesse der Kinder stehen. Wir sind daher auch Mitglied im DTB-Kinderturnclub des Deutschen Turner-Bundes und entsprechen dem Qualitätsstandard im Kinderturnen.		
<b>Präventionssport -</b> diese Sportangebote werden im Kurssystem geführt und sind als präventive Sport- und Bewegungsangebote mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT des Deutschen Sportbundes ausgezeichnet und können von Krankenkassen mit bis zu 80% bezuschusst werden. Diese Kurse sind standardisierte Gesundheitsprogramme für bestimmte Zielgruppen, Zielsetzungen und Inhaltsbereiche, die durch die ZPP (Zentrale Prüfstelle für Prävention) auf alle gesetzlichen Qualitätsanforderungen geprüft sind.		
<b>Präventionssport -</b> diese Sportangebote sind Dauerangebote und sind mit dem Qualitätssiegel PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB des Deutschen Turner-Bundes ausgezeichnet und zertifizierten qualitativ hochwertige und gesundheitsorientierte Sportangebote.		
<b>Fitness- und Gesundheitssport -</b> diese Sportangebote sind Dauerangebote und dienen der allgemeinen Gesundheitsförderung, der Stärkung der Gesundheit zu körperlichem, psychischem und sozialen Wohlbefinden.		
<b>Rehabilitationssport -</b> diese Sportangebote werden im Kurssystem geführt und sind vom HBRS (Hessischen Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband e.V.) anerkannt. Für Teilnehmer mit ärztlicher Verordnung werden die Kosten von Krankenkassen übernommen. Der Reha-Sport beinhaltet ergänzende Maßnahmen zur medizinischen Rehabilitation und richtet sich an behinderte und von einer Behinderung bedrohte Menschen, sowohl diese auch unter Beachtung des jeweiligen Rehabilitationsträgers möglichst dauerhaft wieder in die Gesellschaft und das Arbeitsleben einzugliedern.		
<b>Wettkampf-Gerätturnen weiblich -Leistungsgruppe-</b> hier handelt es sich um reine Leistungsgruppen, die für Wettkämpfe im Gerätturnen trainieren und auf Gau- und Landesebene an Wettkämpfen teilnehmen. Traditionell wird mit Geräten wie Sprungtisch, Boden, Stufenbarren und Schwebelbalken gearbeitet. Eine Aufnahme in einer dieser Gruppen ist nur nach Absprache und nach Absolvierung eines Probetrainings möglich.		
<b>Wettkampf Einzelgymnastik, Gymnastik und Tanz, Showtanz -</b> hier handelt es sich um Leistungsgruppen, die für Wettkämpfe für Einzelgymnastik sowie Gymnastik und Tanz trainieren und teilnehmen. Bei der Gymnastik wird traditionell mit Handgeräten wie Ball, Band, Keulen, Reifen oder Seil gearbeitet. Die Showtanz-Gruppe „Blue Sistaz“ trifft sich zum Einstudieren von Tänzen sowie zur funktionellen Gymnastik.		
<b>Sportstätten:</b> FLJH Sporthallen und Gymnastikraum der Sporthalle, Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 10 HAS Sporthalle und Gymnastikräume der Grundschule Am Hasenberg, Goldammerweg 2 DGH RaB Dorfgemeinschaftshaus Rod am Berg, Höhenstraße 1	Stand : 20.08.2018	

<b>Ansprechpartnerinnen SG 1862 Anspach e.V. Abteilung Turnen :</b>			
	Abteilungsleitung	Katja Trybek	0160 93978950
	Stellvertretung der Abteilungsleitung	Jutta Schlapp	0170 3810843
	Spartenleitung Kinderturnen	Julia Leiacker	06081 44156
	Spartenleitung Fitness-und Gesundheitssport	Jutta Schlapp	0170 3810843
	Spartenleitung Rehabilitationssport	Birgit Roos	06081 961228
	Spartenleitung Wettkampf-Gerätturnen	Anke Salheiser	0174 2929883
	Spartenleitung Wettkampfgymnastik und Tanz	Inga Bühner	06081 577158
E-Mail-Adresse der Abteilung Turnen : info@turnen.sganspach.de			
<b>Weitere Informationen unter:</b>			
www.sganspach.de    www.turnen.sganspach.de    fb.com/SG1862Anspach    Instagram: sg_1862_anspach			