

## **Erweitertes Konzept – jetzt Probeschnuppern Erwachsene und Kleinkinder werden im ASV zusammen fit**

Begleitet von Mama oder Papa (oder Oma, Opa, Bruder, Tante....) lassen sich prima erste Erfahrungen in einer geleiteten Turngruppe, dem „Eltern-Kind-Turnen“ des Ammersee Sportvereins machen. An immer wieder wechselnden Stationen werden grundlegende Fähigkeiten der Kleinsten (einige lernen bei uns das Laufen) bis zu den 3 Jährigen erprobt und eingeübt: Klettern, Balancieren, Hüpfen, Rutschen, Rollen, Hängen, Schaukeln, laufen, werfen etc. sind wichtig für eine gesunde körperliche Entwicklung und werden in den ersten Wochen und Monaten soweit verselbstständigt, dass auch die Großeltern unbesorgt dem Treiben zuschauen können und sich bald an ihre eigene Fitness wagen können. Mit zunehmendem Alter werden die Kleinen selbstsicherer, balancieren alleine auf dem hohen Schwebebalken, klettern über die hohe Sprossenwand und springen im Trampolin. Das alles ermöglicht das Grundlagentraining, welches uneingeschränkt im Turnzentrum des Ammersee-Sportvereins möglich ist. Geübt und gespielt wird in kleinen Gruppen, max. 10 Kinder, dazu ihre Begleiter. Zwischen drei und 4 Jahren dürfen die Kinder dann schon in die Kinderturngruppen wechseln, gerne noch eine Zeitlang in Begleitung. Unser Turnprogramm startet bereits mit dem 01. September. Geplant ist außerdem eine Vormittagsstunde für Eltern mit Kinder unter einem Jahr und eine Familienturnstunde von November bis Mai. Fragen und Anmeldungen für all unsere Angebote werden gerne telefonisch unter 08807 8214 beantwortet, bzw. angenommen. Außerdem bieten wir von Oktober bis Mai auch für Nicht Vereinsmitglieder die Möglichkeit dieses Angebot zu nutzen. Es wird ein 10-er Kurs angeboten. Öffnungszeiten während der Ferien werden auf unserer Homepage bekannt gegeben. Unkostenbeitrag für Nicht-Vereinsmitglieder: 150€ für 10 aufeinanderfolgende Sportfreitage. Es können max. 4 Personen pro Familie angemeldet werden. Für Vereinsmitglieder ist das Angebot kostenfrei. Öffnungszeiten während der Ferien werden auf unserer Homepage bekannt gegeben. [www.ammersee-sportverein.de](http://www.ammersee-sportverein.de)

**AMMERSEE**