

Turn- und Bewegungszentrum 2024

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
8:00 – 8:30	Fitte Eltern Fitte Kinder bis 3 Jahre				Trendgymnastik für Erwachsene Anmeldung erforderlich	
8:30 – 9:00						*Talentförderung
9:00 – 9:30						Turnen ml altersoffen
9:30 - 10:00						Turnen ml altersoffen
10:00 - 10:30						Turnen ml altersoffen
10:30 - 11:00						Turnen ml altersoffen
11:00 - 11:30						Beginn 10:45 Turnen wbl altersoffen
11:30 - 12:00						Turnen wbl altersoffen
12:00 – 12:30						Turnen wbl altersoffen
12:30 – 13:00						Turnen wbl altersoffen Ende 12:45
13:00 – 13:30						
14:30 – 15:00					14:30 Beginn Kinder 4 -5+ Jahre	

15:00 – 16:00			Kinderturnen 3+ - 4+ Jahre mit Begleitung	Kinderturnen 3+ - 4+ Jahre mit Begleitung	Kinder 4 -5+ Jahre Mit Begleitung Ende 15:30	
15:30 – 17:00	Leistungsturnen AK ab 5 Jahre Ende 17:00 Uhr	Beginn 15:30 Kinderturnen 5+ - 7+ Jahre	Kinderturnen 3+ - 4+ Jahre Ende 16:00	Kinderturnen 3+ - 4+ Jahre Ende 16:00	Leistungsturnen AK ab 5 Jahre Ende 17:00 Uhr	15:30-17:00
16:00 – 17:30	Wettkampfturnen Leistungsturnen 5 – 9+ Jahre	Kinderturnen 5+ - 7+ Jahre Ende 16:30	16:15 Beginn Jungs Turnen 6+ Jahre	16:15 Beginn Kinderturnen 5+ - 7 Jahre	Wettkampfturnen Leistungsturnen 5 – 9+ Jahre	16:00 – 17:30
	Wettkampfturnen Leistungsturnen 5 – 9+ Jahre		Jungs Turnen 6+ Jahre 16:15 Ende	Kinderturnen 5+ - 7 Jahre 17:15 Ende	Wettkampfturnen Leistungsturnen 5 – 9+ Jahre	
17:00 – 18:30	Wettkampfturnen Leistungsturnen 9 + 10+ Jahre	Beginn 17:00 Gerättturnen wbl. 8-10+ Jahre			Wettkampfturnen Leistungsturnen 9 + 10+ Jahre	17:00 – 18:30
	Wettkampfturnen Leistungsturnen 9 + 10+ Jahre	Gerättturnen wbl. 8-10+ Jahre Ende 18:30 Uhr	17:30 Beginn *Parkour Adventure ml/wbl ab 10+ Jahre	17:30 Beginn Gerättturnen wbl. 8-10+ Jahre	Wettkampfturnen Leistungsturnen 9 + 10+ Jahre	
17:30 – 19:30	Wettkampfturnen Leistungsturnen ab 10 Jahre	17:30-Beginn Turnen/Fitness wbl. ab 10+ Jahre	*Parkour Adventure ml./wbl. ab 10+J 18:45 Ende	Gerättturnen wbl. 8-10+ Jahre	Wettkampfturnen Leistungsturnen ab 10 Jahre	17:30 – 19:30
	Wettkampfturnen Leistungsturnen ab 10 Jahre	Turnen/Fitness wbl. ab 10+ Jahre	19:00 Beginn Turnen ml / wbl. ab 12 Jahre	Gerättturnen wbl. 8-10+ Jahre Ende: 19:00	Wettkampfturnen Leistungsturnen ab 10 Jahre	
	Wettkampfturnen Leistungsturnen ab 10 Jahre	Turnen/Fitness wbl. ab 10+ Jahre 19:00 Uhr Ende	Turnen ml / wbl. Ab 12 Jahre Ende 20:30	Beginn 19:15 *Trendgymnastik für Erwachsene Ende 20:00	Wettkampfturnen Leistungsturnen ab 10 Jahre	
20:30 – 21:00		19:15-Beginn *Functional Training		Rückbildung Beginn 20:15 Externer Anbieter		
21:00 – 21:30		Functional Training		Rückbildung		

		Ende 20:00				
21:30 – 22:00				Rückbildung bis 21:45		

In den WK = Wettkampfturnen werden Wettkämpfe angeboten. Die Teilnahme ist verpflichtend. Mindestens unsere Vereinsmeisterschaften sind zu bestreiten.

Die Vereinsmeisterschaften sind aber auch für alle anderen Altersgruppen offen. Es gibt auch Familienwettkämpfe oder leichtathletische Wettkämpfe. Parkour ist mittlerweile auch olympisch, ebenso Klettern. Auch das Deutsche Sportabzeichen ist eine Möglichkeit Wettbewerbe im Kinder- Jugend- und Erwachsenenbereich zu bestreiten. Daneben werden für Kinder- und Jugendliche die nur einmal trainieren Kinder- und Familienwettbewerbe angeboten.

*Die Talentförderung ist ein Zusatzangebot „Turnen“ und kostenpflichtig, sowie unsere Angebote Tanzen, Parkour, Gesundheit, Functional Training, Qigong.

Alterseinteilung: F Jug.= 6-7 Jahre, E Jug.= 8-9 Jahre, D Jug.= 10-11 Jahre, C Jug.= 12-13 Jahre, A/B Jug.= 14-17 Jahre, Turner/innen = ab 18 Jahre. Ein Wechsel in die nächst höhere Altersklasse erfolgt immer zum Jahreswechsel.

Die Jahrgänge in den einzelnen Wettkampf- oder Fördergruppen können sich auch überschneiden, je nach Einstieg oder Talent und Einsatzbereitschaft. Die Einteilung wird nach einem Probetraining vorgenommen, es richtet sich nicht zwingend nach dem Alter.

Wer Wettkampfturnen erfolgreich betreiben möchte, kommt 2x in der Woche regelmäßig ins Training und nutzt die Sondertrainings. In manchen Gruppen überschneiden sich die Jahrgänge, besonders für Neueinsteiger, egal welchen Alters, sie werden zuerst einmal in der Nachwuchs Gruppe aufgenommen. Je nach Entwicklungsstand oder Trainingsfleiß (Samstagstraining) wechseln sie dann die Gruppe. Neben den klassischen Turnwettkämpfen auf Gau Ebene nehmen unsere Turnerinnen auch an LK und AK Wettkämpfen auf Gau- Bezirks- oder Landesebene teil. Diese Turnerinnen werden ausschließlich auf Kunstturnebene für Kürwettkämpfe LK3 vorbereitet. Damit sie das gesteckte Ziel erreichen können, ist das dritte Training am Samstag notwendig.

Außerdem wird der Turn10 Wettkampf angeboten, für die ein zweimaliges wöchentliches Trainings zur Verfügung steht.