



TURNGAU – WORKSHOPS

Frühling / Sommer 2023

(Anmeldungen ab Montag, 20. März, möglich)



NEU: Workshop für Mädchen Jahrgang 2009 und älter (jünger nur auf Empfehlung der Trainer)

Info: Dieser Workshop richtet sich an alle Turnerinnen, die Interesse daran haben die nachfolgenden Elemente zu trainieren bzw. zu erlernen und die passenden Voraussetzungen mitbringen. Geleitet wird der Workshop von Anna Weimer; die Teilnahme ist kostenlos und die Anmeldung erfolgt über die Turngau-Homepage.

➤ **Trainingsinhalte auf LK1 / CdP-Niveau**

Trainiert werden Konter oder freie Felge an Barren, Tsuki oder Überschlag-Salto an Sprung und Schraubenbewegungen an Boden. Man muss nicht alle Elemente trainieren, sondern kann sich auch auf ein oder zwei Elemente während des Workshops konzentrieren.

Samstag, 13.05., 17.00 – 19.00 Uhr

Sonntag, 14.05., 15.00 – 17.00 Uhr

Sonntag, 28.05., 15.00 – 17.00 Uhr

Montag, 29.05., Uhrzeit noch unbekannt

Samstag, 10.06., 17.00 – 19.00 Uhr

Sonntag, 11.06., 15.00 – 17.00 Uhr

Workshops für Jungen und Mädchen ab Jahrgang 2015 und älter:

Info: Die Anmeldung erfolgt über die Turngau-Homepage durch die Eltern. Durchgeführt werden die Workshops von Julia Schwarz, Emilia Soßdorf, Jacqueline Dennes, Franziska Schäfer, Tim Hollarek und Annika Häckel. Die Teilnahme ist wie immer kostenlos und auf einen Workshop begrenzt (erste Anmeldung zählt).

➤ **Radwende**

Samstag, 22.04., 14.00 – 15.30 Uhr

Sonntag, 23.04., 12.30 – 14.00 Uhr

Samstag, 06.05., 14.00 – 15.30 Uhr

Sonntag, 07.05., 12.30 – 14.00 Uhr

➤ **Umschwung und Felge vorlings**

Samstag, 10.06., 15.00 – 16.30 Uhr

Sonntag, 11.06., 10.30 – 12.00 Uhr

Samstag, 24.06., 15.00 – 16.30 Uhr

Sonntag, 25.06., 10.30 – 12.00 Uhr

➤ **Kippe**

Sonntag, 11.06., 17.00 – 18.30 Uhr

Sonntag, 25.06., 16.30 – 18.00 Uhr

Sonntag, 02.07., 16.30 – 18.00 Uhr

Sonntag, 16.07., 16.30 – 18.00 Uhr

Workshop für Mädchen Jahrgang 2016 - 2018:

Info: Die Anmeldung erfolgt über die Turngau-Homepage durch die Trainer. Da die Mädels noch relativ jung sind, soll ein ihnen bekannter Trainer aus dem Verein dabei sein. Falls ihr also Interesse habt, sprecht doch einfach eure Trainer an. Durchgeführt werden die Workshops dann sowohl von den teilnehmenden Trainern als auch von Jutta Mücke-Klämt, die den Workshop koordiniert. Die Teilnahme ist kostenlos.

➤ **Grundlagentraining an allen Geräten**

Hier werden an allen Geräten verschiedene Grundlagen trainiert. Außerdem erlernen die Mädchen Elemente für den sogenannten „Sternchenwettkampf“ am 10.12.2023 in Frankfurt (Teilnahme freiwillig und nicht Voraussetzung für die Teilnahme am Workshop!).

Samstag, 24.06., 13.30 – 15.00 Uhr

Samstag, 01.07., 13.30 – 15.00 Uhr

Samstag, 18.11., 13.30 – 15.00 Uhr

Samstag, 25.11., 13.30 – 15.00 Uhr

Samstag, 02.12., 13.30 – 15.00 Uhr