

Turnverband Rechter Niederrhein e.V.

Verband für Spitzen-, Breiten-, Gesundheits- und Freizeitsport im Rheinischen Turnerbund e.V.

Einladungslehrgänge Gerätturnen männlich

Für das Jahr 2022 bietet der Turnverband 10 Turnverbandslehrgänge (Einladungslehrgänge) Im Bereich Gerätturnen männlich für die Bestenschulung an.

Die Termine der Lehrgänge können sich durch Corona Einschränkungen verschieben. Die Teilnehmer werden entsprechend informiert.

Inhalte: Grundlagen- und Aufbautraining

AK/LK und P 6-14, Motorik, Beweglichkeit und Grundelemente des Gerätturnens Olympisch, Küraufbau, Interpretation der AK-Übungen

Referent: Siegfried Ingendorf

Lehrgangleiter: Harald Lenhardt

Ort: Leistungszentrum Oberhausen-Schmachtendorf

Zeit: jeweils von 09:00 – 13.00 Uhr

Termine: 16.01.2022

23.01.2022

30.01.2022

06.02.2022

13.02.2022

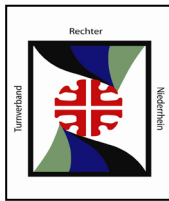
20.02.2022

06.03.2022

20.03.2022

03.04.2022

30.04.2022



Turnverband Rechter Niederrhein e.V.

Verband für Spitzen-, Breiten-, Gesundheits- und Freizeitsport im Rheinischen Turnerbund e.V

Fortbildungslehrgänge im Gerättturnen

- Ort: Leistungszentrum in Oberhausen-Schmachtendorf (Heinrich-Böll-Gesamtschule)
- Zeitpunkt: Samstag, den 07.05.2022 und Samstag, den 24.09.2022
- Zeit: jeweils 14.00 – 18.00 Uhr
- Leitung: Harald Lenhardt
- Zielgruppe: Vereinsmitarbeiter/innen, die als Helfer/innen oder Übungsleiter/innen tätig sind – evtl. mit ausgewählten eigenen Turner/innen.
- Zielsetzung: Die Vermittlung fachlicher, didaktischer und methodischer Grundlagen zur Erlernung elementarer Elemente aus den VERSCHIEDENEN Strukturgruppen und deren Umsetzung.
- Voraussetzung: möglichst eigene Erfahrung im Bereich des gewählten Aufgabenfeldes
- Inhalte:
- Dehnen, Spannen, Kräftigen
 - Sprünge (Überschläge/Tsukahara
 - Drehungen vw./rw. um die Breitenachse (evtl. mit Drehungen um die Längsachse)
 - Flegbewegungen
 - Überschläge rw.
- Hinweis: Die Teilnehmer/innenzahl ist aus organisatorischen Gründen auf maximal 20 Personen begrenzt. Die Teilnehmer/innen können/sollten Turner/innen mitbringen, um mit/an ihnen die Hilfen und Techniken zu üben. Die Behandlung anderer Themen ist nach Absprache möglich. Für die Turner/innen ist die Gleichzeitigkeit die Möglichkeit Techniken zu verbessern. Für sie ist dann ebenfalls die volle Gebühr zu entrichten. **Sportsachen sind mitzubringen.**
- Meldung: Die Anmeldung erfolgt über den Turnverband. Mit der Anmeldung ist die Meldegebühr in Höhe von pro Teilnehmer/in fällig.