



Turnverband Rechter Niederrhein e.V.

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

Einladungslehrgänge Gerätturnen männlich

Für das Jahr 2023 bietet der Fachbereich Gerätturnen männlich 10 Turnverbandslehrgänge (Einladungslehrgänge) für die Bestenschulung an.

Die Termine der Lehrgänge können sich durch noch nicht vorhandene übergeordnete Veranstaltungen (Landesliga, usw.) verschieben. Die Teilnehmer werden entsprechend informiert.

Inhalte: Grundlagen – und Aufbautraining
AK/LK und P6-10, Schulung der Motorik, Beweglichkeit und Grund-
Elemente des Gerätturnens olympisch, Küraufbau, Interpretation

Der AK-Übungen

Referenten: Siegfried Ingendorn und Harald Lenhardt

Lehrgangleiter: H.Lenhardt

Ort: Leistungszentrum Oberhausen-Schmachtendorf

Zeit: jeweils von 09.00- 13.00 Uhr

Termine: 29.01.23
05.02.23
12.02.23
19.02.23
26.02.23
05.03.23
19.03.23
23.04.23
30.04.23
07.05.23

Fortbildungslehrgänge in Planung