

## **Bericht über Übungsleiter – Assistenten - Lehrgang - Kinderturnen**

In Kooperation mit dem Turngau Nordschwarzwald und dem Turnverein Oberhaugstett, fand am 12. + 13. November 2011 der oben genannte Kurs in der Turnhalle Oberhaugstett statt.

Felix Hug von der Landessportschule Ruit war der Referent. 18 Teilnehmer wurden in Aufbau und Planung der Übungsstunden, helfen und sichern im Geräteturnen, arbeiten an Großgeräten, Gerätestationen, Hindernisturnen an Gerätebahnen unterwiesen.

Da vereinseigene Kinder anwesend waren, konnte man die Theorie auch an der Praxis ausprobieren. Spielerische Übungen aus der Leichtathletik wie das Werfen, Spiel und Übungsformen ( z.B. das MC Donald Spiel ) brachte jede Menge Spaß mit sich. Gelernt wurde auch der einbeinige Absprung beim Weitsprung, Fertigkeiten im Geräteturnen, wie Rolle vorwärts und rückwärts, Grundstützsprünge mit Wende- Hocke und Grätsche. Absprungtechnik auf dem Trampolin, Auf – und Umschwungbewegungen am Reck und Stufenbarren. Gleichgewichtsschulung, Balancierformen – Gehen und Drehen am Schwebebalken. Spiele zum Aufwärmen und Austoben mit Hand und Fuß, gymnastisch, spielerische Bewegungsformen ohne Handgeräte, Maßnahmen bei einem Sportunfall, sowie die Aufgaben und Ziele des Kinderturnens. Rundum war es ein sehr gelungener Lehrgang , der bei den Teilnehmern sehr gut ankam.

Turnverein Oberhaugstett  
Abteilung Turnen

Dany Volz

Oberhaugstett, den 18. November 2011



Text und Bild : Dany Volz