

Gerätturnen männlich, weiblich ab 16.9.2024 - 7.7.2025

Sommertrainingsplan (während der Hauptferien 2024) wird reduziert angeboten

Gerätturnen - männlich



Tag	Uhrzeit	Halle	Training für	Trainingsinhalt	Trainer	Beitrag /Sem
Mittwoch	17:00 -18:30	Sportzentrum Mitte Turnzentrum	Gerätturnen ml Aufbaustufe 6 - 10 Jahre	Koordinations, Beweglichkeits- Kraft, Sprungkraft- training	Alex	in Arbeit
Freitag	15:30 -17:00				Alex	

Gerätturnen - weiblich und Geräteturnen Mix 5-7 J



Turnzentrum Sportzentrum Mitte

Tag	Uhrzeit	Halle	Training für	Trainingsinhalt	TrainerInnen	Beitrag /Sem
Montag	15:00 -16:30	Sportzentrum Mitte Turnzentrum	Gerätturnen wbl. 2 EH/Wo 6-9 J	Koordinations, Beweglichkeits- Kraft, Sprungkraft- training	TGUS mit Veronika, Karina	in Arbeit
Mittwoch	15:00 -16:30					

Tag	Uhrzeit	Halle	Training für	Trainingsinhalt	TrainerInnen	Beitrag /Sem
Dienstag ev. ab 30.9.24	15:00 -16:30 entfällt	wie vor	Gerätturnen wbl nur 1 EH/Wo	wie vor	wie vor	in Arbeit

Tag	Uhrzeit	Halle	Training für	Trainingsinhalt	TrainerInnen	Beitrag /Sem
Montag	15:00 - 17:30	Sportzentrum Mitte Turnzentrum	Gerätturnen wb. Aufbaugruppe 6 9 J, wett- kampforientiert	Beweglichkeit Kraft Sprungkraft, Stret- ching, Choreos, wettkampforient.	TGUS Trainer	in Arbeit
Mittwoch	15:00 - 17:30					
Freitag	15:00 - 17:00					
Samstag	10:00 - 12:00					

Tag	Uhrzeit	Halle	Training für	Trainingsinhalt	TrainerInnen	Beitrag /Sem
Donnerstag	15:30 - 16:30	Sportzentrum Mitte Turnzentrum	Gerätturnen Mix Mä+Bu 5-7 J	Beweglichkeit Kraft Sprungkraft, Stret- ching, Choreos, wettkampforient.	TGUS, Trainer	in Arbeit

Tel. TGUS : 0662-84094-11

Email: tgusb@gmail.com

Bürozeiten : Mo 14:00-18:00, Di 09:00-11:00, Do, Fr: 08:00-11:00

16.09.2024