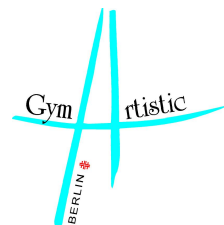


Beschreibung der Turngruppen

in der Saison 2021 / 2022



GymArtistic Berlin e.V.

Turnverein in Berlin – Moabit

www.gymartistic.de

Turnhalle in der Paulstr. 20 C

Nähe Schloß Bellevue

Unsere Turngruppen entscheiden sich in der sportlichen Ausrichtung (siehe Beschreibung unserer Sportarten), Alter und Leistungsniveau.

Insgesamt wollen wir übergreifend eine möglichst große Schnittmenge zwischen den Turngruppen erreichen. Je nach motorischen Fähigkeiten werden Flickflack und Salto vorwärts in vielen Turngruppen trainiert.

System der Gruppennummern:

E = Extragruppen mit saisonalen Themen und Inhalten

1 – 9 = Allgemeine Turngruppen ohne Wettkampfbetrieb, Training 1 x pro Woche

11 – 16 = Wettkampfturngruppen mit Training 2 x pro Woche

ab 20 = Erwachsenen Sportgruppen

Nummer	Beschreibung	Bemerkung
Gruppe E 1	<p>Extragruppe „Turnshow“ für Mädchen und Jungen ab ca. 10 Jahre</p> <p>In Zusammenarbeit mit einer Tänzerin und Choreographin wird eine neue Turnshow entwickelt. Sie vereint Turn-, akrobatische und tänzerische Elemente rund um und auf dem Airtrack. Highlights bilden akrobatische Sprungreihen auf dem Airtrack wie Rondat-Flickflack-Flickflack oder/und Salto rückw., Salto –Überschlag vorwärts, Salto-Salto vorwärts, etc. Eine Präsentation vor Publikum erfolgt nach der Fertigstellung.</p> <p>Voraussetzung: Erlernen der turnerischen Basics in <u>anderen</u> Turngruppen</p> <p>Trainingszeit: Mo., 18:00 bis ca. 19:30/20:00 Uhr</p> <p>Trainer/in: Yvonne, Rudi</p>	<p>Eine Anmeldung für diese Extra-Gruppe ist per eMail erforderlich !</p> <p>Keine Zusatzkosten</p> <p>Start des Trainings am Mo., 16. Aug.</p>
Gruppe 1	<p>Eltern-Kindturnen für 3-4-jährige</p> <p>Spielerische Förderung der motorischen Fähigkeiten und Kraft</p> <p>Bedingung: Eltern helfen beim Auf- und Abbau der Turngeräte</p> <p>Trainingszeit: geplant Mo., 15:45 – 17:00 Uhr (obere Turnhalle)</p> <p>Trainerin: Ariane</p>	<p>Komplett neue Gruppe</p> <p>Interessenten melden sich bitte per eMail</p> <p>Start der Gruppe vorauss. erst im September 2021</p>
Gruppe 2	<p>Kinderturnen für 4-jährige Mädchen und Jungen (<u>ohne</u> Eltern)</p> <p>Förderung der motorischen Fähigkeiten, Kraft und spielerische Basics an Turngeräten</p> <p>Voraussetzung: keine</p> <p>Trainingszeit: geplant Mo., 15:00 – 16:15 Uhr (untere Turnhalle)</p> <p>Trainer: Rudi</p>	<p>Komplett neue Gruppe</p> <p>Interessenten melden sich bitte per eMail</p> <p>Start der Gruppe vorauss. erst im November 2021</p>
Gruppe 3	<p>Kinderturnen im Vorschulalter für Mädchen und Jungen</p> <p>Förderung der motorischen Fähigkeiten, Kraft und Basics im Gerättturnen,</p> <p>Voraussetzung: keine</p> <p>Trainingszeit: Mi., 15:45 – 16:45 Uhr</p> <p>Trainer/in: Marion, Rudi</p>	

Gruppe 4	<p>Kinderturngruppe für Mädchen und Jungen ab der 1. Klasse Allgemeines Gerätturnen, Minitrampolin, Airtrack</p> <p>Voraussetzung: keine</p> <p>Trainingszeit: Do., 15:45 – 17:00 Uhr</p> <p>Kinder der Anne-Frank-Grundschule werden direkt vom Schulhort abgeholt.</p> <p>Trainer: Rudi</p>	
Gruppe 5	<p>Kinderturngruppe für Mädchen und Jungen ab der 1. Klasse Allgemeines Gerätturnen, Minitrampolin, Airtrack</p> <p>Voraussetzung: keine</p> <p>Trainingszeit: Sa., 9:30 – 11:00 Uhr</p> <p>Trainer: Rudi</p>	<p style="text-align: center;">Start der Gruppe</p> <p style="text-align: center;">ab Samstag, 21. Aug. 2021</p>
Gruppe 8	<p>Aufbaukurs für Quereinsteiger ab 10 Jahren Erlernen aller turnerischen Basics, intensive Betreuung mit individueller Förderung zur späteren Integration in eine reguläre Turngruppe</p> <p>Trainingszeit: Fr., 18:00 – 20:00 Uhr</p> <p>Voraussetzung: keine</p> <p>Trainer: Rick</p>	
Gruppe 9	<p>Allgemeine Turngruppe weibliche Jugend <u>ohne</u> Wettkämpfe. Turnen an allen Geräten, individuelle Wahl der Turnelemente nach Absprache, Vorbereitung für Turnshows vor Publikum</p> <p>Trainingszeit: Mi., 18:30 – 20:00 Uhr</p> <p>Voraussetzung: keine</p> <p>Trainer: Rick, Rudi</p>	
Gruppe 10	<p>Die „Salto-Gruppe“ für Mädchen und Jungen ab ca. 8 Jahre. Neben dem Salto vorwärts stehen auch das Erlernen von Handstützüberschlägen (Bogengang, Flickflack, etc.) auf dem Trainingsplan, sowie das Turnen an allen Turngeräten wie Reck, Balken und Barren. Vorbereitung auf TeamGym-Wettkämpfen und kleinen Turnshows</p> <p>Trainingszeiten:</p> <p>Gruppe 10 A → Mo., 16:30 – 18:00 Uhr</p> <p>Gruppe 10 B → Fr., 16:30 – 18:00 Uhr</p> <p>Voraussetzung: im August + September = keine</p> <p>Ab Okt. 2021: Gute Rollbewegungen, Handstand und Beweglichkeit</p> <p>Trainer*in: Rudi, + ??</p>	<p>Gruppe 10 A</p> <p>Gruppe 10 B</p> <p>Aufgrund fehlender Trainer*innen muss diese Gruppe zunächst geteilt werden mit nur 1 x Training pro Woche pro Kind.</p>

<p>Gruppe 11</p>	<p>Die „Turn- und Salto-Gruppe“ für Mädchen und Jungen ab ca. 8 Jahre. Neben dem Salto vorwärts stehen auch das Erlernen von Handstützüberschlägen (Bogengang, Flickflack, etc.) auf dem Trainingsplan, sowie das Turnen an allen Turngeräten wie Reck, Balken und Barren. Vorbereitung auf TeamGym-Wettkämpfen und kleinen Turnshows</p> <p>Trainingszeiten: Di. + Fr., 15:00 - 16:30 Uhr</p> <p>Voraussetzung: Gute Rollbewegungen, Handstand und Beweglichkeit</p> <p>Trainer: Rudi</p>	
<p>Gruppe 12</p>	<p>Turngruppe Mädchen / weibliche Jugend (ab ca. 12 Jahre) mit viel Bewegung nach und mit Musik im mittleren Leistungsniveau. TeamGym in Wettkampfform (2 x pro Jahr), daneben zum Ausgleich und zur Abwechslung Turnen an allen Geräten, Turnshows vor Publikum</p> <p>Trainingszeiten: Mi., 17:00 - 18:30 Uhr Fr., 18:00 – 20:00 Uhr</p> <p>Voraussetzung: Freude an schwungvollen Bewegungen bis hin zum Flickflack und Salto</p> <p>Trainer: Rudi, Pablo</p>	
<p>Gruppe 13</p>	<p>Leistungsgruppe Jungen / männliche Jugend im Gerätturnen Wettkampfbereich.</p> <p>Voraussetzung: Fundierte und gute turnerische Basics, sowie hoher Anspruch an Engagement, Fleiß und Trainingsdisziplin</p> <p>Trainingszeiten: Mo. 18:00 – 19:30 Uhr Sa. 11:00 – 13:00 Uhr</p> <p>Trainer: (Matthias), Pablo, Lino</p>	
<p>Gruppe 14</p>	<p>Leistungsgruppe männliche Jugend / Männer im Gerätturnen Wettkampfbereich.</p> <p>Voraussetzung: Fundierte und gute turnerische Basics, sowie hoher Anspruch an Engagement, Fleiß und Trainingsdisziplin</p> <p>Trainingszeiten: Mo. 19:30 - 21:00 Uhr + Sa. 11:00 – 13:00 Uhr</p> <p>Trainer: Matthias</p>	

Gruppe 15	<p>Nachwuchsmädchen zur Leistungsgruppe 16 in den Wettkampfbereichen Gerätturnen (LK3) und TeamGym. Darüber hinaus werden auch Turnshows einstudiert und vor Publikum präsentiert. Bei Mannschaftswettkämpfen auch gemeinsame Teambildung mit den Mädchen der Gruppe 1.</p> <p>Voraussetzung: Fundierte und gute turnerische Basics, Beweglichkeit (Spagat), sowie hoher Anspruch an Engagement, Fleiß und Trainingsdisziplin</p> <p>Trainingszeiten: Di. 16:30 – 18:00 Do. 17:00 – 18:30 Uhr, So. nach Absprache</p> <p>Trainer/innen: Karo, ??? und Rudi</p>	
Gruppe 16	<p>Leistungsgruppe Mädchen / weibliche Jugend in den Wettkampfbereichen Gerätturnen (LK3 / LK2) und TeamGym. Darüber hinaus werden auch Turnshows einstudiert und vor Publikum präsentiert.</p> <p>Voraussetzung: Fundierte und gute turnerische Basics, Beweglichkeit (Spagat), sowie hoher Anspruch an Engagement, Fleiß und Trainingsdisziplin</p> <p>Trainingszeiten: Di., 18:00 – 19:30 Uhr, Do., 18:30 – 20:00 Uhr So. nach Absprache</p> <p>Trainer/innen: Karo, Noemi und Rudi</p>	
Gruppe 20	<p>Gerätturnen für Erwachsene unter Anleitung eines Trainers Normfreies Turnen an allen Geräten sowie auf dem Airtrack, individuelles Üben möglich</p> <p>Voraussetzung: keine</p> <p>Trainingszeit: D., 19:30 – 21:30 Uhr</p> <p>Trainer: Olli</p>	
Gruppe 21	<p>Fitnessgymnastik für Erwachsene Stärkung von Kondition und Kraft, Entspannungs- und Dehnübungen</p> <p>Voraussetzung: keine</p> <p>Trainingszeit: Do., 20:00 – 21:15 Uhr</p> <p>Trainerin: Susanne</p>	