

# TURNEN

## Mutter-Kind-Turnen

Das Sportangebot der Sektion Turnen konnte im heurigen Jahr wieder erweitert werden – und zwar gibt es nach zweijähriger Pause wieder eine „Mutter-Kind-Turngruppe“. Dieses „**Mutter-Kind-Turnen**“ findet jeweils am **Montag von 16.30 – 17.30 Uhr** statt und wird von **Andrea Wallner** geleitet.

Die jungen Mütter und ihre Kinder tummeln sich im Volksschulturnsaal und haben unter fachkundiger Anleitung viel Spaß mit Reim- und Singspielen, Bewegungsstationen und anderen unterhaltsamen Turnübungen.



## Kinderturnen

Das **Kinderturnen** wird weiterhin gut und gerne besucht. Einmal wöchentlich am **Dienstag von 17.00 – 18.00 Uhr** im Hauptschulturnsaal bereiten die Übungsleiterinnen **Ilke Leitgöb, Maria Bachmann und Sabine Maierhofer** den meist 20 bis 30 anwesenden Kindern eine abwechslungsreiche Turnstunde. Verschiedene Spiele, altersgerechte Gymnastikübungen und Turnen am Boden und an den Geräten stehen am Programm.



Am Faschingsdienstag geht es in der Turnhalle immer lustig zu.



Kinderturnen macht richtig Spaß!



## Damengruppe I

In der Gymnastikstunde **Damen I (Übungsleiterin Erika Thauerer)** jeden **Dienstag von 20.00 bis 21.30 Uhr** im Hauptschulturnsaal werden Fit-, Rücken- oder Skigymnastik, Kräftigungs- und Dehnungsübungen, Zirkeltraining und Ballspiele (im Frühsommer mit Walking und Radfahren auch Ausdauertraining) angeboten.

Die Sommerabschlusswanderung 2006 führte am Saalachwanderweg entlang von Unken nach Lofer bzw. nach Wildmoos (St.Martin) und endete mit dem Wassertreten bei der Kneipp-Anlage.



Die Füße werden nach dem Kneippen hoch gelagert. Das tut gut.



Die Damengruppe I beim Turnabend in der HS Maishofen.

## Damengruppe II

Das Turnprogramm der **Damen II (Übungsleiterin Maria Steinmetz)** ist dem der Damen I ähnlich. Jede Woche am **Dienstag von 19.30 bis 21.00 Uhr** treffen sich die sportlichen Seniorinnen im Volksschulturnsaal, um sich mit den verschiedensten Formen von Gymnastik und Ballspielen fit und beweglich zu halten.

## Sport und Spaß für Damen und Herren

Die sportlichen Damen und Herren, die sich unter dem Motto „**Sport und Spaß**“ treffen, sind jeweils am **Donnerstag von 20.00 – 21.30** im Hauptschulturnsaal aktiv. Unter der Leitung von **Manfred Hofer** wird Volleyball, Basketball oder Hallenhockey gespielt und mit Zirkeltraining und anderen (auch schweißtreibenden) Übungen versucht, die Fitness der Teilnehmer/innen zu erhalten bzw. zu stärken.

Abschließend möchte ich allen Übungsleiterinnen und Übungsleitern, Helferinnen und Helfern für ihren Einsatz recht herzlichen Dank sagen und ihnen und allen Sportklubmitgliedern ein gutes und unfallfreies Sportjahr 2007 wünschen.

Erika Thauerer  
Sektionsleiterin

