

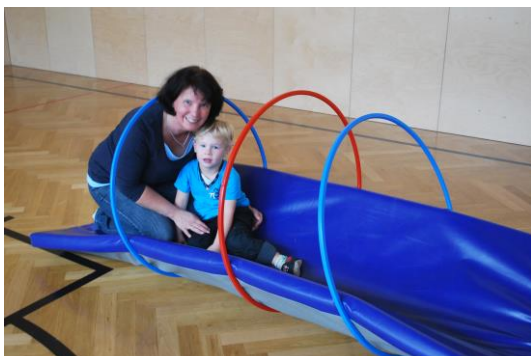
Die Sektion Turnen des Sportklub Maishofen erfreut sich nach wie vor großer Beliebtheit. Sowohl den Kindern als auch den jüngeren und älteren Erwachsenen wird ein reichhaltiges Angebot an Bewegung, Fitness und Training geboten. Vor allem bei den Kindern und Jugendlichen steht die Freude an der Bewegung im Vordergrund, es ist heutzutage wichtig, unsere Jugend zum Sport zu motivieren und Erfahrungen in der Gemeinschaft zu machen.



Besonders wichtig in der Sektion Turnen ist die **Kooperation und Zusammenarbeit mit dem Kindergarten und der Volksschule** Maishofen. Es werden jedes Jahr „Kinder gesund bewegen“ Turneinheiten im Kiga und in der Volksschule von Übungsleiterinnen des SKM abgehalten.

Eltern-Kind-Gruppen

Wegen der großen Nachfrage (15-20 Kinder) gibt es beim Eltern-Kind Turnen 2 Gruppen, eine am Montag, eine am Dienstag. Übungsleiterinnen sind **Manuela Aglassinger, Elisabeth Zabernig, Carolin Salzmann und Margit Holzmeister**. Spielerisches Bewegen soll die Freude am Sport wecken und möglichst früh Koordination fördern.



Ugotchi Kinderturnen für 4-6jährige

Hier nehmen ca. 25 Kinder teil. Übungsleiterin ist **Anna Bachmann**, ihre Helferinnen sind **Carina Karner** und **Manuela Oberkofler**. Erste turnerische Bewegungsabläufe werden geübt und somit eine grundlegende Basis für den weiteren Aufbau geschaffen.



Mut tut gut, fördert die Eigeninitiative und stärkt das Selbstvertrauen sowie die Selbstständigkeit der Kinder.

Ugotchi Kinderturnen für 6-10jährige

Auch hier nehmen 25-30 Kinder teil, Übungsleiterinnen sind **Sabine Maierhofer und Ilke Leitgöb**. Vor allem Geräteturnen steht hier im Vordergrund, weiters natürlich Freude und Spaß an der Bewegung und grundsätzliche Voraussetzungen für eine weitere Turnerlaufbahn.



Teenie – Turnen



Übungsleiterin **Brigitte Steiber** sorgt bei ca. 15 Mädchen für weitere Begeisterung und Fertigkeiten im Bereich Geräteturnen.

Abschlussturnen 2015

Ganz nach dem Motto "Kinder gesund bewegen" fand das Abschlussturnen 2015 statt. 80 Kinder, aus fünf verschiedenen Gruppen, zeigten, was sie in den wöchentlichen Turnstunden gelernt haben.



Fit und Fun



Sportbegeisterte Frauen und Männer treffen sich am Donnerstagabend unter der Leitung von **Manfred Hofer** zu einem Mix aus Kondition, Koordination und Ballspielen.

Bewegungsmix

Gertraud Streitberger leitet diese Gruppe von ca.10-12 Männern und Frauen, dabei wird mit einem anspruchsvollen Programm besonders viel Wert auf Kondition und Rückengesundheit gelegt.



Turnen 55+



Unter der Anleitung von **Eva Burmann** wird am Donnerstagnachmittag in der VS Maishofen vor allem die Beweglichkeit und Gesundheit für das weiter fortgeschrittene Alter gefördert.



Bauch-Beine-Po / Let's Dance

Inge Paesen weiß immer wieder Begeisterung für ein flottes und lustvolles Bewegen zu wecken, der Spaß kommt hier nie zu kurz und viele Teilnehmerinnen wissen das zu schätzen.



Gezielte Gymnastik und Übungen für die Problemzonen sowie Kräftigung und Stärkung der Muskulatur.



Let's Dance! Ein fettverbrennendes Tanz-Aerobicprogramm mit toller Musik und riesen Spaß!

Fit für den Alltag:



Ca. 23 Turnerinnen treffen sich am Dienstag in der Halle der NMS Maishofen, um gemeinsam mit **Elisabeth Steiner** vor allem gesundheitsfördernde und muskelerhaltende Übungen zu absolvieren.

Volleyball:

Bereits das zweite Jahr findet unter **Elisabeth Steiner** am Montagabend Volleyball für Fortgeschrittene statt, erfreulicherweise steigt auch hier die Anzahl der Teilnehmer und Teilnehmerinnen.

Wir freuen uns sehr, dass die Sektion Turnen sich großer Beliebtheit erfreut und sehr viele Menschen aller Altersgruppen die Möglichkeit finden, sich sportlich zu betätigen. Die Sektionsleitung bedankt sich bei allen Übungsleitern und Übungsleiterinnen für die wertvolle Arbeit und freiwillige Bereitschaft.

Elisabeth Steiner
Sektion Turnen

