



# TSV Turnen Newsletter

## Sommerpause?! – Nicht mit uns!

Damit uns keiner „einrostet“ starteten wir wie jedes Jahr mit unserem Sommersport durch. Es waren wieder viele tolle Angebote dabei wie Nordic Walking, deep work, Fit in den Tag, Freitagstraining und vieles mehr. Neue Angebote wie Yoga Dance und Zumba Gold waren auch am Start, perfekt zum Reinschnuppern vor dem offiziellen Kurs-Start. Und da nur Text ein wenig langweilig ist, gibt es hier ein paar bunte Eindrücke von unserem Sommersport!



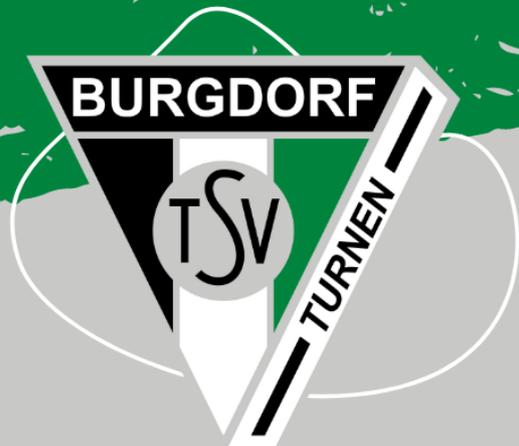
Zumba



Tabata



Hula Hoop



# TSV Turnen Newsletter



Yoga Dance

## Ferienkompass – mit Spaß und guter Laune Turnen

In den Ferien war unsere Übungsleiterin Adelina mit einigen Jungs und Mädchen immer donnerstags in der Richard-Höper-Halle unterwegs. Klettern am Tau und Schwingen an den Ringen war immer angesagt und bereitet besonders viel Spaß. Auch der Balken wurde gerne rausgeholt, um Räder und Handstände darauf zu üben.

Unsere Ferienkompass-Aktion ist immer frei zugänglich für alle Interessierten, egal ob TSVer oder Nicht-Mitglied, kostenlos und ohne Anmeldung! Wir freuen uns über alle, die nächstes Jahr wieder dabei sind oder neu dazukommen möchten.

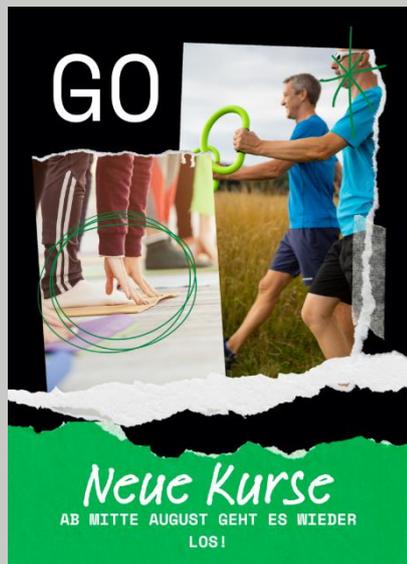
Seite 2 von 5

TSV Burgdorf Turnen Geschäftsstelle  
Hannoversche Neustadt 15  
31303 Burgdorf  
05136 / 63 11 • 0176 / 433 05 750  
kontakt@tsv-burgdorf.de

Öffnungszeiten  
Di., 9-13 Uhr  
Do., 9-13 Uhr + 15-18 Uhr  
Zusätzlich telefonisch:  
Fr., 9-12 Uhr



# TSV Turnen Newsletter



## Kurse starten wieder!

Direkt im August starten die ersten Kurse. In einigen sind noch Plätze frei! Auch neue Kurse sind dabei wie Yoga Dance und Zumba Gold, bei denen es sich auf jeden Fall lohnt, mitzumachen!

Unser gesamtes Kursprogramm findest du auf unserer Homepage.

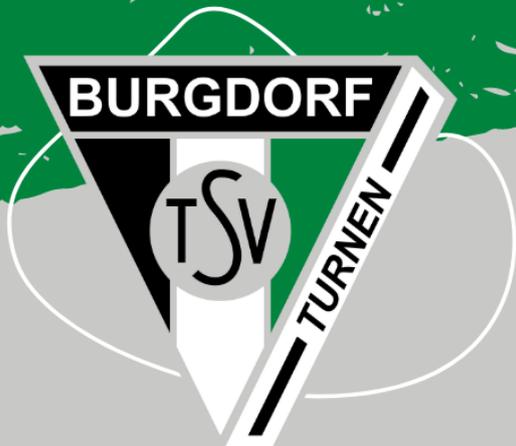
<https://www.tsv-burgdorf-turnen.de/kurse-fuer-alle/>

## Neuer Sprungtisch für die Leistungsturnerinnen!

Anfang August ist es endlich soweit! Der neue Sprungtisch, gefördert durch die Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung, für die Leistungsturnerinnen wird geliefert! Pünktlich zum Trainingsstart nach den Ferien können die Kunstturnerinnen den Sprungtisch mit ihren leistungsstarken Elementen einturnen. Nun haben sie mehr Unterstützung vom Gerät bei ihren Sprüngen und die Handgelenke werden auch geschont.

Der alte Sprungtisch wandert übrigens rüber in die Richard-Höper-Halle und kann genutzt werden von den Flick-Flack-Mädels, die nach den Ferien mit dem neuen „alten“ Gerät überrascht werden.

Wer sich fragt, was eigentlich ein Sprungtisch ist, wird im nächsten Newsletter mit Fotos belohnt.



# TSV Turnen Newsletter

## **Erlebnisturnen startet am 07. August**

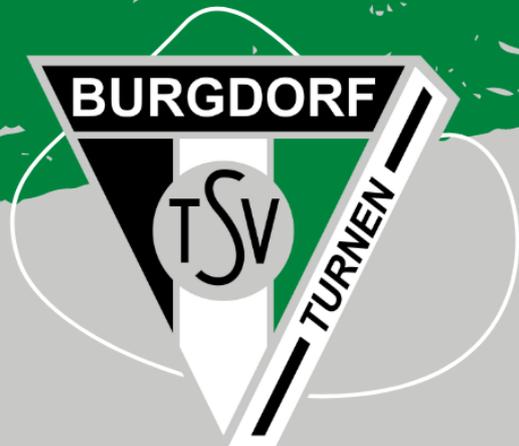
Immer mittwochs von 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr findet in der Richard-Höper-Halle (Hannoversche Neustadt 32) unser neues Angebot „Erlebnisturnen“ für 7- bis 10-jährige statt.

Ähnlich dem Zirkeltraining durchlaufen die Kinder Stationen mit einem umfangreichen und abwechslungsreichen Bewegungserleben. Mit vielen Turngeräten und anderen Materialien werden einzelne Stationen entworfen, die eine hohe Bewegungsaufforderung bieten und offen in ihrer Aufgabenstellung sind. So kann jedes Kind bspw. selbst entscheiden, ob es an der schmalen oder breiten Stelle über den Graben zwischen zwei Bänken springt oder sich den eigenen Weg auf der Bewegungslandschaft suchen.

Eine typische Erlebnisturnstunde kann so aussehen:

Die Kinder kommen in die Halle und erhalten Stationskarten, die für die heutige Erlebnisturnstunde aufgebaut werden müssen. Dann geht es los mit der Phantasiereise. Sie tauchen in die Geschichte von Robinson Crusoe ein, der Schiffbruch erlitten hat und auf einer Insel gestrandet ist. Die Kinder bekommen die Augen verbunden und müssen die rettende Insel, eine Weichbodenmatten irgendwo in der Halle, durch Tasten finden. Auf der Insel wird dann gemeinsam überlegt, wie diese aussehen könnte. Mit den Ideen der Kinder wird in Kleingruppen eine Bewegungslandschaft erbaut, auf der sich die Kinder frei bewegen dürfen. Nach der Erkundung der Insel bekommen die neuen Inselbewohner Hunger. Sie versuchen mit Steinen (kleinen Bällen) leckere Kokosnüsse (größere Bälle) von den Bäumen zu holen. Nach einer Nacht auf der Insel erscheint am nächsten Morgen Rettung am Horizont. Ein Boot aus Rollbrettern und einer Matte kommt angerudert und die Kinder müssen gemeinsam zusehen, alle Gestrandeten auf das Boot zu bekommen. Dann muss das Boot mit vereinten Kräften an die andere Hallenseite gerudert werden. Die Rettung ist geglückt und die Gestrandeten sind wieder zu Hause. Danach folgt der gemeinsame Abbau der Insel und eine Abschlussrunde.

Du kannst gerne einfach vorbeischaun und reinschnuppern.



# TSV Turnen Newsletter

## Scheine für Vereine

Wir haben durch euer Engagement und eure tolle Unterstützung 1130 Scheine gesammelt! Vielen vielen Dank für euren Einsatz!

Wir konnten uns davon ein Kegel-Hürden-Set für das Kinderturnen anschaffen und einen voll ausgestatteten Sanitätskoffer für unseren Turn-Gym-Raum.

Auch ein Dankeschön an die Abteilung Leichtathletik, die uns noch ein paar Scheine abgegeben hat, damit auch der Sani-Koffer drin war!