

# ELTERN-KIND-TURNEN

## Liebe Eltern,

Sie haben sich für unsere Eltern-Kind-Turnstunde für das Alter 1 1/2 bis 3 Jahren entschieden.

Das Turnen soll Eltern und Kinder viel Spaß machen, aber ein paar Regeln müssen eingehalten werden. Damit Sie schon vorab wissen, was auf Sie bzw. Ihr Kind zukommt, haben wir dieses kleine Merkblatt für Sie zusammengestellt. Es gilt als Fahrplan für die o.g. Stunde. Wir bedanken uns bereits jetzt schon herzlich für das Einhalten der Regeln und Hinweise.

## Schnuppern:

Sie dürfen mit Ihrem Kind insgesamt einmal schnuppern. Bevor Sie zum Schnuppern kommen, schreiben Sie uns bitte eine Mail mit allen wichtigen Infos (Namen, Vornamen und Geburtsdatum Ihres Kindes). Wir teilen Ihnen dann einen Termin mit, an dem Sie vorbeikommen können. Da es durchaus zu sehr langen Wartezeiten kommen kann, bitten wir von Nachfragen Abstand zu nehmen. Wir melden uns bei einem möglichen Schnuppertermin

## Anmeldung:

Für das Eltern-Kind-Turnen kann zwischen einer Mitgliedschaft des Kindes oder dem Kauf einer Zehner-Karte gewählt werden.

Die Zehner Karte kostet 50,00€. Der Betrag ist in Bar zu entrichten und muss auf einmal gezahlt werden. Die Karte ist ab Datum des Kaufes ein **halbes** Jahr lang gültig. Nach Ablauf des Gültigkeitsdatums ist die Karte wertlos und kann nicht weiterverwendet werden. Nicht abgeturnte „Restbestände“ sind aus versicherungstechnischen Gründen **nicht übertragbar**. Es ist möglich, eine Zehner-Karte für ein Geschwisterpaar zu kaufen. Dann hätte jedes Kind fünf Stunden auf der Karte. Geben Sie uns bitte kurz bevor Ihre Karte abgeturnt ist Bescheid, ob Sie an einer weiteren interessiert sind. Kommen Sie bitte im Verlauf der Stunde mit Ihrer Zehner-Karte zu uns, damit wir diese unterschreiben können.

Den Mitgliedsantrag erhalten Sie an der Theke oder im Internet. Diesen füllen Sie für Ihr Kind aus. Als Abteilung muss nur „Turnen“ angegeben werden, die einzelne Gruppeneinteilung obliegt uns Trainern. Der Beitrag gliedert sich in zwei Teile:

Vereinsbetrag (für Kinder 8€/Monat) und Abteilungsbeitrag (für Kinder bis 6 Jahre 5€/Monat). Die Abbuchung erfolgt halbjährlich. Eine Kündigung aus dem Vertrag ist nur bis zu sechs Wochen zum Jahresende möglich. Ein Wechsel in eine andere Abteilung kann auch unterjährig erfolgen.

## Aufbau & Umbau:

Bitte finden Sie sich pünktlich **am Mittwoch um 15:30 Uhr** in der Halle ein, damit wir **alle** gemeinsam aufbauen können. Wir werden versuchen die Geräte vorher schon an Ihren Platz in der Halle zu stellen, so dass Sie die Stationen nur noch fertig aufbauen müssen. Am Eingang der Halle legen wir genaue Zeichnungen der Stationen aus. Finden Sie sich bitte in Gruppen zusammen und suchen Sie sich eine Station aus, die Sie dann gemeinsam aufbauen. Bei Fragen wenden Sie sich einfach an uns.

Circa zehn Minuten vor Ende der Stunde werden wir Sie bitten einige Stationen umzubauen oder eventuell abzubauen, da direkt nach Ihrer Stunde das Anfänger Turnen beginnt. Bitte helfen Sie hierbei mit. Anschließend folgt noch unser Abschlussspiel.

Die Stunde findet immer zweimal hintereinander im mittleren Hallenteil (Halle 2) statt und dann einmal im linken Hallenteil (Halle 3).

## Während der Stunde:

**Erwärmung:** Vor der Erwärmung werden die Geräte nicht angefasst, da dem Turnen immer die Erwärmung vorangehen muss (Verletzungsgefahr!). Aufwärmübungen, die Ihr Kind schon gut alleine kann, machen Sie selber mit. Sobald Ihr Kind Schwierigkeiten hat, ist es Ihre Aufgabe, Ihrem Kind zu helfen bzw. seine Haltung zu korrigieren.

# ELTERN-KIND-TURNEN

**Sicherheit und Hilfestellung:** Die Turnhalle ist kein Abenteuerspielplatz! Die Stationen und die entsprechende Hilfestellung werden zu Beginn der Stunden kurz erklärt. Achten Sie darauf, dass Sie Ihr Kind immer gut sichern! Bei Unklarheiten können Sie jederzeit nachfragen. **Lassen Sie Ihre Kinder nicht alleine an die Geräte!**

**Übungsausführung:** Mit jeder Übung wird ein konkretes Ziel verfolgt (Kräftigung bestimmter Muskelgruppen, Koordination, Differenzierung, etc.). Achten Sie daher darauf, dass die Kinder die Übungen ordentlich ausführen. Ferner sollen die Kinder jede Station mindestens einmal machen und nicht nur ihr Lieblingsgerät ansteuern!

**Nebenübungen:** Als Nebenübungen zählen Stationen, die in der Regel mit Handgeräten (Bällen, Seile, Reifen, etc.) gestaltet sind und die die Kinder meist alleine ausführen können. Die einfachen Aufbauten verführen dazu, Seile, Hütchen usw. abzubauen, wegzutragen oder ihren Zweck zu entfremden. Achten Sie darauf, dass genau das nicht passiert, bzw. halten Sie Ihr Kind an, die Stationen dann auch selbst wieder herzurichten wie gehabt.

**Trinken:** Nach dem Spiel zu Beginn gibt es eine gemeinsame Trinkpause. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind auch sonst nach Bedarf genug trinkt! Trinkflaschen bitte außerhalb der Halle so platzieren, dass niemand darüber stolpert.

## Geschwister:

Kleine Geschwister können mitgebracht werden und bleiben beim jeweiligen Elternteil/Begleitperson. Die Stunde wird dann anstrengender für Sie, aber es geht. Wir gehen gerne bei der Hilfestellung zur Hand. Sobald die Kinder so groß sind, dass sie Übungen mitmachen können, müssen sie angemeldet werden! Die Stunde ist für 1,5 - 3 Jährige konzipiert. Sollten ältere Geschwister dabei sein, verweisen wir hier auf die Rücksichtnahme.

## Fragen:

Haben Sie Fragen an die Trainer, stellen Sie diese bitte erst nach dem Aufbau und der Erwärmung. Ab dann haben wir auch wirklich Zeit für Sie.

## Wechsel in andere Gruppen:

Sollten Sie zudem noch Interesse an Nachfolge-Gruppen haben, bitten wir Sie sich hierfür extra anzumelden. Am einfachsten gehen Sie nach der Stunde in die Halle nebenan. Dort können Sie mit der zuständigen Trainerin sprechen, wie die Chancen auf einen Platz stehen und sich ggf. auf die Warteliste setzen lassen. Natürlich ist dies auch per Mail möglich.

Bitte nehmen Sie zur Kenntnis, dass wir nur an langfristigen Mitgliedern ab der weiterführenden Stunde interessiert sind.

## Abwesenheit:

Wenn Sie ein oder wenige Male nicht kommen können, brauchen Sie nicht extra Bescheid geben. Sollten Sie jedoch über mehrere Wochen nicht an der Stunde teilnehmen können, geben Sie bitte kurz (unter Nennung von Tag und Gruppe!)

per Mail: [turnen@esv-muenchen.de](mailto:turnen@esv-muenchen.de)

per Telefon (Montag zwischen 9.00 und 12.00 Uhr): 0151/25 98 47 90

oder persönlich Bescheid, damit Ihnen Ihr Platz sicher bleibt.

Sollten Sie mehr als **fünf** Wochen fehlen ohne uns Bescheid gegeben zu haben, müssen wir davon ausgehen, dass Sie das Interesse an der Stunde verloren haben und gar nicht mehr kommen. Als Folge darauf streichen wir Sie aus unserer Liste. Sie können dann zwar Ihre Karte noch abtunen, ihr Platz wird aber anderweitig vergeben und Sie müssen warten bis wieder ein Platz frei geworden ist, falls Sie weiterhin turnen möchten.

## Kurzfassung Konzept:

**Stundeninhalt:** Spaß an der Bewegung; erstes heranzuführen an die Großgeräte; spielerische Bewegungsschulung

Wir wünschen Ihnen Viel Spaß beim Eltern-Kind Turnen!