



## Montag

9:00-10:00	Fitgymnastik Erw.
14:00-15:25	Prellball Erw.
15:35-17:25	Kunstturnen Leistung
15:35-17:25	Sportakrobatik * Kids Cup 6-12J
17:35-18:55	Ballspielstunde 8-15J
19:05-21:00	Fußball Erw.

## Dienstag

9:15-10:15	Frisch in den Tag Erw.
15:00-15:55	Eltern-Kind-Turnen 2,5-5J
16:05-17:25	allg. Kinderturnen 6-10J
17:35-19:25	Kunstturnen/Turn10 Leistung
19:35-20:45	Aerobic/Step/ Bodyworkout Erw.

## Mittwoch

15:00-17:25	Kunstturnen Anf. 6-7J *
15:30-17:25	Kunstturnen Leistung
15:40-17:25	Gerätturnen/Turn10 5-11J Anf.
17:35-19:25	Jugendturnstunde 10-18J
19:35-20:25	Fitgymnastik Erw.
20:35-22:00	Parkour/Freerunning ab 14J Fortg.

## Donnerstag

9:15-10:15	Wirbelsäulengym. Erw.
15:00-15:55	Eltern-Kind-Turnen 2,5-4J
16:05-16:55	Kleinkinderturnen 4-6J
17:05-18:55	Parkour/Freerunning ab 10J Anf.
19:05-19:55	Aerobic/Bodystyling Erw.
20:05-22:00	Volleyball Erw.

## Freitag

13:30-14:55	Prellball Erw.
14:30-16:55	Kunstturnen Anf. 6-7J *
15:05-16:30	Sportakrobatik4fun 6-12J
15:05-16:55	Sportakrobatik * Kids Cup 6-12J
17:05-18:55	Gerätturnen/Turn10 10-18J Basisstufe
17:05-18:55	Kunstturnen/Turn 10 Leistung
19:05-22:00	Gerätturnen Erw.
19:05-22:00	Parkour/Freerunning ab 14J Fortg.

## Samstag

9:30-12:30	Kunstturnen Leistung
15:30-19:00	Kunstturnen /Turn 10 Leistung

## Sonntag

14:00-15:55	Parkour/Freerunning ab 14J Fortg.
16:05-18:00	Parkour/Freerunning ab 14J Anf.
19:00-21:00	Volleyball Erw.

## Sportakrobatik

Der Partner als Gerät ist das Motto dieser Trendsportart für Mädchen und Burschen. Der Einstieg ist nur im Herbst möglich! Die Einteilung erfolgt nach Alter, Können und passenden Formationen, nach erfolgtem Schnuppertraining.

## Turn10/Kunstturnen

Gerätturnen findet für Mädchen ab dem Jahrgang 2015 je nach Begabung und Vorliebe nach dem Turn10 Programm ([www.turn10.at](http://www.turn10.at)) bzw. dem Kunstturnprogramm in unterschiedlichen Einheiten statt. Betourt werden Boden, Balken, Reck/Stufenbarren und Sprung (Kasten/Tisch bzw. Minitramp).

## Parkour/Freerunning

Trendsportart nicht nur für Burschen! Auch Mädels mit turnerischem Vorkönnen sind gerne gesehen. Beim Parkour ist es das Ziel, nur mit Hilfe des eigenen Körpers so effizient und sicher wie möglich von A nach B zu kommen. Beim Freerunning steht die Kreativität der Bewegung im Vordergrund.

\* Vorab Anmeldung erforderlich! Zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag ist ein Semesterbeitrag zu entrichten. Der VGT behält sich kurzfristige Änderungen insbesondere aufgrund der Covid-19 Pandemie vor!