



## Montag

9:00-10:00	Fitgymnastik Erw.
14:00-15:25	Prellball Erw.
16:00-17:30	Kunstturn Anfänger* 5-8J
16:00-18:55	Kunstturnen Leistung*
17:05-18:55	Sportakrobatik * Kids Cup/Basic 6-12J
19:05-21:00	Fußball Erw.

## Dienstag

9:15-10:15	Frisch in den Tag Erw.
16:00-17:10	allg. Kinderturnen 1 6-10J
17:15-18:25	allg. Kinderturnen 2 6-10J
17:00-18:25	Ballspielstunde 8-15J
18:35-19:25	Yoga
19:35-20:45	Aerobic/Step/ Bodyworkout Erw.

## Mittwoch

16:00-17:30	Kunstturnen Anf. 5-8J *
16:00-17:30	Gerättturnen/Turn10* 6-9J Anf.
16:00-19:00	Kunstturnen Leistung*
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.
15:00-16:55	Turn10 ab 10 * ab 10J
16:00-18:55	Kunstturnen Leistung*
17:05-18:55	Sportakrobatik * Kids Cup/Basic 6-12J
19:05-22:00	Gerättturnen Erw.
19:05-22:00	Parkour/Freerunning ab 14J Fortg.

## Samstag

9:30-11:00	Kunstturn Anfänger* 5-8J
9:30-12:30	Kunstturnen 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

Gerättturnen findet für Mädchen ab dem Jahrgang 2016 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!