

Gute Gründe für einen frühen Einstieg beim Kinderturnen:

Kinderturnen ist DIE motorische Grundlagenausbildung für Kinder.

Kinderturnen orientiert sich an den motorischen Hauptbeanspruchungsformen Koordination, Beweglichkeit, Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer. Kinderturnen fördert wie keine andere Sportart vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten wie Laufen, Springen, Werfen, Schwingen, Hangeln, Rollen und Drehen um alle Körperachsen.

Dabei orientiert sich Kinderturnen an den Bedürfnissen und Fähigkeiten der Kinder. Im gemeinsamen Spielen und Bewegen mit Gleichaltrigen lernen sie nachzugeben, sich zu behaupten, einander zu helfen und zu kooperieren.

Darüber hinaus widmet sich das Kinderturnen dem Thema Gesundheitsförderung und sorgt für eine „bewegte“ Kindheit. So wird der frühzeitigen Entstehung von Haltungs- und Herz-Kreislaufschwächen, Übergewicht und Koordinationsschwierigkeiten noch vor dem Einschulungsalter vorgebeugt.

Für eine nachhaltige Bewegungsförderung ist es dabei besonders wichtig, Kinder über das Kinderturnen zu einem lebenslangen Sporttreiben zu motivieren. Kinderturnen befasst sich so mit dem Thema Gesundheit, dem im stetig steigenden Rückgang der Straßenspielkultur ein immer höherer Stellenwert beigemessen wird.

Kinderturnen ist das vielseitige Spielen, Bewegen und Fertigkeitlernen an, mit und ohne Geräte und bietet Kindern die Bewegungs- und Erfahrungsmöglichkeiten, die sie für ihre gesunde Entwicklung benötigen.

Wer sind die Zielgruppen von Kinderturnen?

Kinderturnen richtet sich an alle Kinder im Alter von ca. achtzehn Monaten bis ca. zwölf Jahren.

Aus Qualitätssicherungsaspekten und um die Kinder kontinuierlich in ihrer Entwicklung begleiten zu können, finden die Übergänge zwischen den differenzierten Altersklassen und Angeboten fließend statt.

#