

## Das Angebot des TVE Burgaltendorf im Kinder- und Jugendturnen:

(Alle Gruppen können ausprobiert werden. Es kann an mehreren Sportangeboten teilgenommen werden.)

### TURNEN & SPIEL

für Jungen und Mädchen von 4 bis 6 J.,  
Turnhalle Holteyer Str., montags, 16.15 - 17.15 h  
Anschließend:  
SCHWIMMEN im Bad der Th Holteyer Str. bis 18.15 h

### TURNEN & SPIEL

für Jungen und Mädchen von 4 bis 6 J.,  
Turnhalle Holteyer Str., freitags, 15.00 - 16.00 h  
Anschließend:  
SCHWIMMEN im Bad der Th Holteyer Str. bis 17.00 h

### TURNEN & SPIEL

für Jungen und Mädchen von 4 bis 6 J.,  
Turnhalle Holteyer Str., freitags, 16.00 - 17.00 h  
Anschließend:  
SCHWIMMEN im Bad der Th Holteyer Str. bis 18.00 h

### TURNEN & SPIEL

für Jungen und Mädchen des 1. bis 4. Schulj.,  
Turnhalle Holteyer Str., dienstags, 16.00 - 17.00 h  
Anschließend:  
SCHWIMMEN im Bad der Th Holteyer Str. bis 18.00 h

### GERÄTTURNEN

(Schwerpunkt: Turnen an Geräten)  
für Jungen und Mädchen des 1. bis 4. Schuljahres,  
Sporthalle Auf dem Loh, dienstags, 17.00 - 18.30 h

### SPORTMIX (Spiel, Spaß, Turnen, Leichtathletik)

für Jungen und Mädchen vom 1. bis 4. Schulj.,  
Platz oder Turnhalle Holteyer Str., di., 17.00-18.00 h

In dieser Gruppe orientieren wir uns an den Sportspielen, wie sie die Kinder auch aus dem Sportunterricht in der Schule kennen. Die Kinder dürfen mit

entscheiden, was gespielt wird. Häufig bauen wir auch verschiedene Geräte auf. Das Ziel ist, Spaß an der Bewegung zu fördern.  
Bei gutem Wetter gehen wir nach draußen auf den Sportplatz, wo Sportschuhe für draußen nötig sind.

## Diese Angebote des Kinder- und Jugendturnens werden ergänzt um:

### LEISTUNGSTURNEN (Sh Auf dem Loh)

für leistungsstarke und leistungswillige Mädchen  
- von 5 bis 10 J., di., 15.45 - 17.30 h  
- ab 11 J.: di., 17.00-18.30 h u. do., 16.30-18.30 h

### RHÖNRADTURNEN (Sh Auf dem Loh)

Die Welt auf den Kopf stellen!  
für Jungen & Mädchen ab ca. 10 J.  
- do., 18.30 - 20.00 h (insbes. für Anfänger/-innen)  
- do., 19.45 - 21.15 h (insbes. für Fortgeschrittene)

### JUDO

für Jungen & Mädchen von 2 bis 10 J.:  
- Th Holteyer Str., mittwochs, 16.00 - 17.30 h (Gr.A1)  
- Sh Auf dem Loh, freitags, 15.30 - 17.00 h (Gr. A2)  
für Jungen & Mädchen ab 10 J. und Erwachsene:  
- Th Holteyer Str., mittwochs, 17.30 - 19.00 h (Gr.B1)  
- Th Holteyer Str., freitags, 17.00 - 19.00 h (Gr. B2)

### BADMINTON (Sh Auf dem Loh)

- für Jungen & Mädchen 7-12 J., fr., 17.00-18.30 h  
- für Jungen & Mädchen 7-12 J., mi., 18.00-20.00h  
- Mannschaftsspieler ab 11 J., mo., 17.00-18.30 h

Zu diesen Sportangeboten stehen spezielle Faltblätter zur Verfügung, u.a. im "Mediencenter" von [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de).

0201/5718617,

der automatisierte Ansgedient des TVE  
mit kurzfristigen Infos zum Sportbetrieb

Weitergehende Infos zu **allen** Sportangeboten unter:

## Bewegen

Erleben

Mitmachen

Spielen

Üben

Können:

## Turnen & Spiel für Kinder





## Turnen & Spiel für Kinder

Kinderturnen ist **die** motorische Grundlagenausbildung für Kinder!

Wie keine andere Sportart fördert es vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten und -fähigkeiten:

**Laufen, Springen, Werfen, Schwingen, Hangeln, Rollen und Drehen um alle Körperachsen.**

Bewegung ist ein grundlegendes Element der menschlichen Entwicklung und als eines der Grundbedürfnisse unserer Kinder unerlässlich für ihre gesamte Persönlichkeitsentwicklung. Kinderturnen ist das vielseitige Spielen, Bewegen und Fertigkeitlernen an und mit Geräten und bietet den Kindern die Bewegungs- und Erfahrungsräume, die sie für eine gesunde Entwicklung benötigen. In einer für unsere Kinder immer bewegungsärmeren Umwelt schafft Kinderturnen Möglichkeiten, vielfältige Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen zu sammeln.

### BOTSCHAFTEN

Über die folgenden sechs zentralen, im Programm "Kinderturnen" des Deutschen Turnerbundes fest verankerten Botschaften, lässt sich das

Kinderturnen charakterisieren und die Zielsetzung definieren:

### Bewegen

Mit der Botschaft "Bewegen" steht die motorische Grundlagenausbildung sowie der damit verbundene Gesundheitsaspekt als ein zentraler Aspekt des Kinderturnens im Mittelpunkt der Arbeit der Vereine. Körperliche Tätigkeiten wie Rollen, Stützen, Wälzen, Drücken, Stoßen, Hängen, Schwingen, Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Balancieren, ... werden erlernt und bilden die Basis für den Erwerb sportmotorischer Fähigkeiten und sportartspezifischer Fertigkeiten. Sie sollen dazu beitragen, Kinder für ein lebenslanges Sporttreiben zu motivieren.

### Erleben

Die Botschaft "Erleben" steht für den Aspekt der Vielfalt in der Entwicklung der Persönlichkeit. Über einen erlebnisorientierten Umgang mit der Bewegung können Ängste überwunden und Mut ausgeprägt werden. Kinder erfahren sich und ihren Körper und gewinnen einerseits Körperbewusstsein sowie andererseits Sicherheitsgefühl und Geborgenheit in einer Gruppe.

### Mitmachen

Bei der Botschaft "Mitmachen" steht der Gemeinschaftsaspekt im Vordergrund. Die Kinder können soziale Erfahrungen untereinander sowie gegen-

über dritten Personen machen. Im Kinderturnen gestalten, leben und erleben Kinder gemeinsam - ein wichtiger Schritt zur Erlangung von Sozialkompetenz.

### Spielen

Von besonderer Wichtigkeit ist auch das "Spielen": Spaß an der Bewegung, Freude gewinnen durch gemeinsame Aktionen, Motivation für ein lebenslanges Bewegen einerseits, andererseits aber auch das Lernen von Regeln im Miteinander und Gegeneinander.

### Üben

Der Begriff "Üben" steht für die Ausprägung von Fähigkeiten und Fertigkeiten des Körpers, wobei der Übungsprozess eine wichtige Erfahrung für das Kind bedeutet. Grenzen erfahren, Aufgaben kontinuierlich bewältigen, etwas leisten können, sich mit anderen vergleichen, sich nachhaltig für eine Sache engagieren, all das kann im Kinderturnen erfahrbar werden.

### Können

Am Ende dieser Kette von Erlebnissen und Erfahrungen steht das "Können" für die Subsummierung aller Einzelinhalte, die das Kinderturnen ausmachen. Kinderturnen trägt dazu bei, ein positives Selbstkonzept zu entwickeln.

Fatburner (do., 09.30 - 11.00 h, AKTIV PUNKT) 30.01.2014 - 03.07.2014; 109,25 €, Mitglieder: 61,75 €
THAI CHI CHUAN (mi., 19.00 - 20.30 h, AKTIV PUNKT) 29.01.2014 - 26.06.2014; 86,25 €, Mitglieder: 48,75 €
Pilates (di., 11.30 - 12.30 h, AKTIV PUNKT) 28.01.2014 - 01.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Pilates (di., 09.30 - 10.30 h, AKTIV PUNKT) 28.01.2014 - 01.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Pilates (fr., 18.30 - 19.30 h, AKTIV PUNKT) 31.01.2014 - 04.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Pilates (mi., 17.00 - 18.00 h, AKTIV PUNKT) 29.01.2014 - 02.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Step-Aerobic (mo., 17.00 - 18.00 h, AKTIV PUNKT) 27.01.2014 - 30.06.2014; 68,00 €, Mitglieder: 38,25 €
YOGILATES (fr, 08.15 - 09.45 h, AKTIV PUNKT) 31.01.2014 - 04.07.2014; 120,75 €, Mitglieder: 68,25 €
Step-Aerobic & Workout (fr., 17.00 - 18.30 h, AKTIV P.) 07.02.2014 - 04.07.2014; 103,50 €, Mitglieder: 58,50 €
Wellness-Step (mo., 20.00 - 21.15 h, AKTIV PUNKT) 27.01.2014 - 30.06.2014; 90,00 €, Mitglieder: 49,50 €
Yoga-Einklang v. Körper & Geist (di., 19.00 - 20.15 h) 28.01.2014 - 01.07.2014; 100,00 €, Mitglieder: 55,00 €
Yoga-Einklang v. Körper & Geist (di., 20.15 - 21.30 h) 28.01.2014 - 01.07.2014; 100,00 €, Mitglieder: 55,00 €
Yoga-Fitness (mo., 18.00 - 19.00 h, AKTIV PUNKT) 27.01.2014 - 30.06.2014; 68,00 €, Mitglieder: 38,25 €
Yoga-Fitness (di., 18.00 - 19.30 h, AKTIV PUNKT) 30.01.2014 - 03.07.2014; 86,25 €, Mitglieder: 48,75 €
ZUMBA (mo., 10.30 - 11.30 h, AKTIV PUNKT) 29.01.2014 - 02.07.2014; 115,00 €, Mitglieder: 65,00 €
ZUMBA (di., 18.00 - 19.30 h, AKTIV PUNKT) 29.01.2014 - 02.07.2014; 63,25 €, Mitglieder: 35,75 €
Wirbelsäulengym. & Rückenschule (mo., 17.15-18.45 h) 27.01.2014 - 30.06.2014; 76,00 €, Mitglieder: 42,75 €
Wirbelsäulengym. & Rückenschule (do., 11.00-12.00 h) 27.01.2014 - 30.06.2014; 76,00 €, Mitglieder: 42,75 €
Wirbelsäulengym. & Rückenschule (mo., 19.00-20.00 h) 30.01.2014- 03.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Wirbelsäulengym. & Rückenschule (do., 17.15-18.15 h) 30.01.2014- 03.07.2014; 76,00 €, Mitglieder: 42,75 €

YOGA (di., 19.00 - 20.15 h) 26.08.2014 - 20.01.2015; 100,00 €, Mitglieder: 55,00 €
YOGA (di., 20.15 - 21.30 h) 26.08.2014 - 20.01.2015; 100,00 €, Mitglieder: 55,00 €
ZUMBA (mi., 10.30 - 11.30 h) 20.08.2014 - 21.01.2015; 103,50 €, Mitglieder: 58,50 €
STEP-AEROBIC & WORKOUT (fr., 17.00 - 18.30 h) 22.08.2014 - 23.01.2015; 103,50 €, Mitglieder: 58,50 €

## Beitragsregelungen (Auszug)

Beitragsart	In welchem Fall?	Wieviel? €
Aufnahmegebühr	Neumitglieder, unabhängig vom Alter	8,00 €
Vereinsbeitrag: Einzelbeiträge		monatlich
Junge-Leute-Beitrag	Mitglieder im Alter von 0 Jahren bis zum Ende des Jahres, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind.	4,75 €
Einzelbeitrag Erwachsene ab 25 J.	Erwachsene von dem Jahr an, das dem Jahr folgt, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind	5,25 €
Förderbeitrag	Bei Vorliegen spezieller Voraussetzungen (wie z.B. Wohnsitz außerhalb von NRW) kann vom Vorstand der "Förderbeitrag" gewährt werden.	3,50 €
Vereinsbeitrag: Familienbeitrag		
Mehrere TVE-Mitglieder in einer Familie	Voraussetzung für die Anwendung des Familienbeitrags ist die TVE-Mitgliedschaft von mindestens 2 Personen (Mann, Frau, Kind(er) unter 21 J.) aus einer Familie.	für 2 Mitglieder aus einer Familie: 9,00 €, für jedes weitere Mitglied: 2,00 € zusätzlich
Für jeden Familienangehörigen, der TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.		
Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge (zusätzl. zum Vereinsbeitrag)		
Badminton	(incl. Ballbudget)	6,00 €
Laufsport	6 Termine wöchentlich	2,00 €
Kraftgerätetraining	so oft und wann Sie wollen	24,00 €

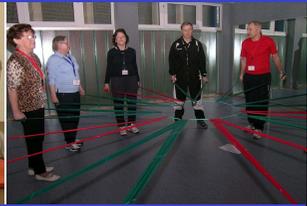
## Sportangebote für Frauen:

Machen Sie mit, halten Sie sich fit!



# Machen Sie mit, halten Sie sich fit.

TVE Burgaltendorf:



Vielfältiges Sportangebot für alle Altersgruppen

Freizeitaktivitäten für alle Altersgruppen

## Dauersportangebote

Mitgliedschaft im TVE Burgaltendorf erforderlich, im Mitgliedsbeitrag enthalten, ggf. Zusatzbeitrag(\*\*), s. Rückseite!

**"Fit ab 30"**  
**für Frauen ab ca. 30 Jahre**  
**montags, 18.45 - 20.15 h, Sh Auf dem Loh**  
**Ltg.: Gerda Enigk und Imke Malburg im Wechsel**

Haben Sie Spaß an Bewegung und Fitness in der Gruppe?

Jeden Montag treffen sich aktive, sportbegeisterte Frauen. Die Gruppe wird von drei Übungsleiterinnen betreut, die die Sportstunde im Wechsel vorbereiten und abwechslungsreich gestalten.

Nach einem Aufwärmprogramm mit Musik werden verschiedene Muskelgruppen (Bauch, Beine, Po, Rücken) durch Gymnastik 'mal mit, 'mal ohne Kleingeräte gezielt trainiert. Der Ausklang erfolgt durch Entspannung. Im Sommer sind wir bei schönem Wetter draußen. Auf dem Sportplatz a.d. Holteyer Str. wird für das Sportabzeichen trainiert und es erfolgt dort auch die Abnahme des Sportabzeichens. Nach vorheriger Absprache werden wir gemeinsam walken.

Geselligkeit und Spaß kommen nicht zu kurz. Vor den Sommerferien machen wir eine Radtour mit gemütlichem Ausklang. Feste wie Karneval und Weihnachten werden immer gefeiert.

Kommen Sie einfach vorbei, wir freuen uns.

**Badminton (Spielen ohne Trainer/-in)\*\***  
**für Männer und Frauen**  
**dienstags u. freitags, 20.00 - 21.45 h, Sh Auf dem Loh**

Die Gruppenmitglieder trainieren eigenständig. Nach dem Aufwärmen üben die Spieler/-innen Einzel, Doppel und Mixed.

**Gesundheitsorientiertes Kraftgerätetraining\*\***

unter fachkundiger Betreuung; so oft und wann Sie wollen (mo. bis fr. 08.30 - 13.00 h und 15.00 - 22.00 h, sa. 12.00 - 18.00 h), im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

**Laufsport (Laufen, Walken, Nordic Walken)\*\***

Sie können die Gruppen ständig wechseln und auch mehrmals in der Woche laufen:

Termin A:

di., 18.15 - 19.45 h, Treffpunkt: wechselnd. Eine Treffpunktliste finden Sie unter [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de), (dort: Laufsport/Leichtathletik) oder fordern Sie die Liste telefonisch an!

Termin B:

mi., 09.30 - 10.30 h, TP: AKTIV PUNKT

Termin D:

sa., 09.30 - 11.00 h, TP: Genossenschaft, Holteyer Str.

Termin E:

mi., 19.30 - 20.30 h, TP: Marktplatz unterhalb der Kirche

Termin F:

do., 18.00 - 19.30 h, TP: Marktplatz unterhalb der Kirche

Termin G:

mi., 18.15 - 19.30 h, TP: wechselnd (S. Anm. oben!)

## Kursangebote (Auszug!)

**Mitgliedschaft** im TVE Burgaltendorf nicht erforderlich, Kursgebühren jedoch für Mitglieder (M) deutlich geringer.

**Kurszeiten:** Die Kurse laufen idR von Anfang Februar bis zu den Sommerferien und vom Sommerferienende bis Ende Januar. Nachrücken zu anteiliger Kursgebühr ist möglich.

**Das KOMPLETTE Kursangebot mit detaillierten Infos** finden Sie unter [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de), (dort "Sportangebot" im Menü am linken Rand > Kursprogramm) und in der Vereinszeitschrift

**Kursraum:** wenn nichts anderes angegeben, im AKTIV PUNKT

Diese Kurse könnten Sie interessieren:

Aqua-Fit (di., 18.30 - 19.30 h, Bad Th Holteyer Str.)  
26.08.2014 - 20.01.2015; 97,75 €, Mitglieder: 55,25 €

Aqua-Fit (di., 19.30 - 20.30 h, Bad Th Holteyer Str.)  
26.08.2014 - 20.01.2015; 97,75 €, Mitglieder: 55,25 €

Aqua-Fit (fr., 18.15 - 19.15 h, Bad Th Holteyer Str.)  
22.08.2014 - 23.01.2015; 97,75 €, Mitglieder: 55,25 €

Ausdauer-Bauch-Rücken (mi. 18.00 - 19.00 h)  
20.08.2014 - 21.01.2015; 72,00 €, Mitglieder: 40,50 €

Beckenbodengymnastik (di., 10.30-11.30 h)  
26.08.2014 - 20.01.2015; 68,00 €, Mitglieder: 38,25 €

Bodyforming (BOP & MEHR) (do., 18.30 - 19.30 h)  
21.08.2014 - 22.01.2015; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €

Bodyforming (BOP & MEHR) (mo., 10.00 - 11.00 h)  
25.08.2014 - 19.01.2015; 84,00 €, Mitglieder 47,25 €

Bodyforming (BOP & MEHR) (di., 19.15 - 20.15 h)  
26.08.2014 - 20.01.2015; 84,00 €, Mitglieder: 47,25 €

Skigymnastik (fr., 19.30 - 20.30 h)  
24.10.2014 - 23.01.2015; 48,00 €, Mitglieder: 27,00 €