

Mami/Papi fit – Kinder mit

Ein Sportprogramm, dessen Ziel es ist, Freude an der Bewegung gemeinsam mit den Kindern ab einem Jahr zu erleben. Mitmach- und Bewegungslieder sowie kleine Tänze mit den Kindern und Parcours stehen auf dem Programm. Die Grundelemente wie balancieren, hüpfen, springen, schwingen werden geübt. Kinder und Eltern sind aktiv mit dabei. Es kommt keine Langeweile auf.

Übungszeiten

- Montag, 14:30 – 15:15 Uhr, Gymnastikhalle
- Montag, 15:30 – 16:15 Uhr, Gymnastikhalle
- WICHTIG: In Sportkleidung kommen

Ein paar organisatorische Dinge

- Alle- die in die Sportstunde kommen müssen Mitglied im TV Sersheim sein - wegen dem Versicherungsschutz. **Eintrittserklärungen** gibt es auf der Homepage unter: www.tv-sersheim.de
- Bitte versucht immer pünktlich zu sein.
- Das Getränk wird in die Halle mitgenommen und an die Seite gestellt.
- Bitte nur in der Umkleidekabine essen.
- **Alle warten in der Umkleidekabine, bis es los geht.** Die Übungsleiter holen euch ab. Das wird benötigt: Sportkleidung und gute Laune. Gerne dürfen alle auch barfuß turnen. (**Vereinsbekleidung:** <http://www.23null8.de/79-tv-sersheim>)
Danke für das Verständnis sagen die Übungsleiter.

Übungsleiterin: Karin Geske

DOSB-Übungsleiterin Sport in der Prävention
Trainer C Rhythmische Sportgymnastik
DTB-Kursleiter/in Kindertanz
DTB-Trainer Osteoporose-PräventionDTB-Kursleiter Mami fit – Baby mit !
Zertifikat GESUNDHEITSTRAINING mit Vielseitigkeit zu mehr Bewegung
Zertifikat Fit ins hohe Alter – Ganzkörperkräftigungstraining
Zertifikat Bewegen statt Schonen – ein Ganzkörperkräftigungsprogramm
Zertifikat AlltagsTrainingsProgramm(ATP) – Programm zur Ganzkörperkräftigung und Koordinationsschulung mit Alltagsbezug
Telefon: 07042/34285
Email: karin.geske-sersheim@web.de

Helfer: Natalia Denk

Willkommen bei der Sparte „Mami/Papi fit“ im TV Sersheim.



TERMINE Mami / Papi fit – Kinder mit

24.-26.07.2026 **Landeskinderturnfest Heilbronn**

03.08.2026 **Letzte Turnstunde vor den Ferien in der Gymnastikhalle**

10.08.2026 Gemeinsamer Abschluss mit den Eltern und Geschwistern
Beginn: 15:30 Uhr hinter der Halle mit Picknickdecke, Fingerfood und Getränken.

#BeActive Europäische Woche des Sports vom 23. bis 30. September 2026

#BEACTIVE

#BeActive: Viele kostenfreie und inklusive Mitmachangebote! Menschen für Bewegung und Sport interessieren und begeistern. Die Europäische Woche des Sports findet jedes Jahr Ende September statt - und das seit nunmehr über 10 Jahren! #BeActive ist eine Initiative der Europäischen Kommission zur Förderung von Sport und Bewegung. Denn: Die Menschen in Europa bewegen sich zu wenig; rund ein Drittel der Deutschen macht nie Sport. Und im Berufsleben ist stundenlanges Sitzen weit verbreitet.

25.09.2026 **#BEACTIVE bei Mami / Papi fit Kinder mit**

08.11.2026 **"Tag des Kinderturnens" Anmelde listen liegen ab Oktober aus**

11:00 - 12:30 Uhr 4 – 6 Jahre

13:00 - 14:30 Uhr 1 – 4 Jahre

in Begleitung eines Erziehungsberechtigten



15:00 - 16:30 Uhr ab 6 Jahre

05.12.2026 **Weihnachtsfeier, Sport- und Kulturhalle**

Ihr seid alle Herzlich eingeladen.

Wir machen mit den Kindern eine Vorführung. Weitere Infos folgen.

21.12.2026 Abschluss Turnstunde mit Eltern und Geschwistern

Wir starten wieder ab dem 8. Januar 2027.

Botschaften des Kinderturnens

Über die folgenden sechs zentralen, im Programm Kinderturnen fest verankerten Botschaften lässt sich das Kinderturnen charakterisieren und die Zielsetzung definieren:

Bewegen

Mit der Botschaft „Bewegen“ stehen die motorische Grundlagenausbildung sowie der damit verbundene Gesundheitsaspekt als ein zentraler Aspekt des Kinderturnens im Mittelpunkt der Arbeit der Vereine. Bewegungsformen wie Rollen, Stützen, Wälzen, Drücken, Stoßen, Hängen, Schwingen, Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Balancieren, Werfen, Fangen, etc. werden erlernt und bilden die Basis für den Erwerb sportmotorischer und sportartspezifischer Fertigkeiten.

Mitmachen

Bei der Botschaft „Mitmachen“ steht der Gemeinschaftsaspekt im Vordergrund. Die Kinder können soziale Erfahrungen untereinander sowie gegenüber dritten Personen machen. Im Kinderturnen gestalten, leben und erleben Kinder gemeinsam – ein wichtiger Schritt zur Erlangung von Sozialkompetenzen.

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, sich mit anderen vergleichen, sich nachhaltig für eine Sache engagieren, all das wird im Kinderturnen erfahrbar.

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 sowohl Körperbewusstsein als auch das Sicherheitsgefühl und die Geborgenheit in einer Gruppe.

Spielen

Von besonderer Bedeutung 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.

Können

Am Ende der Kette von Erlebnissen und Erfahrungen steht das „Können“ für die Subsumierung aller Einzelinhalte, die das Kinderturnen ausmachen.

Kinderturnen trägt dazu bei, ein positives Selbstkonzept zu entwickeln.