

Kinder und Jugendliche

Dance

Spielerisches Erlernen von einfachen Choreographien schult das Teamgefühl, Koordination und Ausdauer. Dancing Kids ist ein neues Kursformat, das Kinder (Mädels UND Jungs!) anspricht, die spielerisch das Tanzen lernen wollen. Es werden kleine Choreografien eingeübt, die dann später den (Groß-)Eltern vorgestellt werden können. Dabei kommt der Spaß natürlich nicht zu kurz!

Eltern Kind Turnen (1-3 / 3-5 Jahre)

Im Eltern-Kind-Turnen kommen die Kleinen und Großen auf ihre Kosten! Spielerisch kann mit den (Groß-)Eltern das Laufen, Hüpfen und Klettern erlernt werden. Kindern ab 5 Jahren empfehlen wir den Kurs „Kinderturnen“

Fit-Kids

Eine Mischung aus Ballsportarten, Leichtathletik und Koordinationsübungen. Hier werden die Grundlagen der Eine Grundausbildung gängigsten Sportarten spielerisch vermittelt.

Fussball - Bambini

Unsere jüngsten Balkünstler lernen mit viel Spaß den Umgang mit dem Ball und können ihre ersten Turniererfahrungen machen!

Fussball - Kinder / Jugend

In allen Altersklassen spielen unsere Nachwuchstalente um die vorderen Platzierungen und das bereits zum Teil international:

- F - Jugend, 1 & 2
- E - Jugend, 1 & 2
- D - Jugend, 1 & 2
- C - Jugend, 1 & 2
- B - Jugend, 1
- A - Jugend, 1 & 2

Fussball - Kinder / Jugend Torwart

Mehr Tore schießen als kassieren! Unsere Torleute bekommen ihr eigenes spezielles Torwarttraining!

Karate - Kinder / Jugend

Für alle Altersklassen ab 8 Jahren bieten wir unter hochqualifizierter Betreuung stilrichtungsoffenes Karate im Shotokan Stil an. Wir bieten Karate als Breitensport und Wettkampfsport - zum Fit halten, zur Verbesserung des Selbstbewusstseins, zur Selbstverteidigung oder zum Messen im Wettkampf.

Kinderturnen

Für alle Kinder ab 5 Jahren geht es um die ersten kleinen Herausforderungen am Boden und ausgewählten Geräten. Langsam werden die Kinder an Themen wie Koordination, Gleichgewicht und Kraft herangeführt.

KITA SPORT (EXTERN!)

Für die Kinder der KITAS in der Umgebung bieten wir mehrmals wöchentlich Sport- und Bewegungseinheiten an, um bereits frühzeitig wichtige Fertigkeiten

KravMaga - 10-er Kurs

Krav Maga (hebr. für Kontaktkampf) ist ein modernes Selbstverteidigungssystem, ursprünglich entwickelt in Israel. Das System beschäftigt sich mit allen Distanzen, ist einfach zu erlernen und äußerst effektiv in der Anwendung. Auch Prävention und Deeskalation sind feste Bestandteile des Systems. Es geht im KravMaga darum sich mit möglichst wenigen und natürlichen Techniken und Methoden zu verteidigen.

Leichtathletik - Kinder / Jugend

In verschiedenen Disziplinen werden Ausdauer, Schnellkraft und Koordination trainiert. Dabei gibt es Trainingsgruppen für alle Altersklassen.

Schulsport (EXTERN!)

Für die Kinder der Schulen in der Umgebung stellen wir mehrmals wöchentlich unsere Anlage zur Verfügung, sodass im wichtigen Schulalter Sport- und Bewegungseinheiten stattfinden können.

Volleyball Teens

Hier ist Baggern absolut erlaubt und im Sommer gehts auch mal raus aufs Beach-Volleyball-Feld!