

Sportgemeinschaft 1868 Bruchköbel e.V.

Abteilung: Turnen - Leichtathletik - Gymnastik

Ergänzungsblatt für den Leistungsbereich

Leistungsturnen (zurzeit nur Mädchenturnen)

Ziele: Wettkampfteilnahme auf Gau- und Landesebene in P-Stufen

Jahrgang 2004 – 2010

derzeitige sportliche Ziele: Leistungsstufen bis P 8

Die Trainer arbeiten mit den Turnerinnen, je nach Alter und Leistungsstand, altersgerecht und in individuellen Leistungsstufen zusammen. Keine Turnerin soll in einer Gruppe überfordert oder unterfordert werden. Trainiert wird nach den Regeln, Wettkampfbestimmungen und Ordnungen des Deutschen Turner-Bundes www.dtb-online.de. Die Wettkämpfe im Turngau werden vom Turngau Offenbach-Hanau www.turngau-offenbach-hanau.de ausgeschrieben.

Die Teilnahme an Wettkämpfen und Meisterschaften ist Pflicht. Zusätzlich finden auch gemeinsame außersportliche Aktivitäten statt, um den Teamgeist zu fördern.

Jeder Turnerin, die sich für das Leistungsturnen interessiert, wird zunächst ein Probetraining angeboten. Es besteht jederzeit die Möglichkeit, dass das Trainerteam Empfehlungen in andere Gruppen gibt, um eine Turnerin nicht zu überfordern.

Unser Ziel ist es, dass die Turnerinnen im Leistungssportbereich im Turngau und auf Landesebene starten.

Der Trainingsumfang wird je Gruppe individuell festgelegt.

Einmal im Jahr muss von einem Arzt eine Sporttauglichkeitsuntersuchung durchgeführt werden. Das Attest wird bei den Trainern abgegeben und von ihnen aufbewahrt.

Die Gesundheit der Turnerinnen liegt in der Eigenverantwortung der Eltern und steht an vorderster Stelle. Lieber wird eine Krankheit zu Hause auskuriert, als halb krank ins Training zu kommen.

Bitte informieren Sie die Trainer, wenn eine Turnerin nicht am Training teilnehmen kann. Turnerinnen, die sich verletzt haben oder über Schmerzen klagen, müssen umgehend abgeholt werden.

Das Training soll pünktlich beginnen, damit ein gemeinsames Aufwärmen stattfinden kann. Dadurch soll möglichen Verletzungen vorgebeugt werden.

Bei Problemen, Anliegen und Fragen bitte die Trainer am Ende der Trainingszeit in der Halle ansprechen oder per E-Mail bzw. Whats App an die Trainer wenden. Nach Absprache sind auch persönliche Gespräche möglich.

Die Trainer informieren die Eltern bei auftretenden Problemen und umgekehrt.

Es finden regelmäßig (einmal pro Jahr, bzw. nach Bedarf) Elternabende statt, an denen auch der Turnwart teilnimmt. Dort teilen die Trainer den aktuellen Leistungsstand der Turnerinnen mit und geben einen Ausblick auf das nächste (halbe) Jahr. Außerdem besteht auch hier die Möglichkeit Anliegen, Probleme und Fragen zu klären.

Die Trainer bauen zu den Turnerinnen ein besonderes Vertrauensverhältnis auf. Respekt ja, aber keine Angst. Auch der Spaß darf nicht verloren gehen. Die Sportlerinnen sollen sich frei äußern, wenn sie etwas nicht verstehen, sich unwohl fühlen oder vor einer Übung Angst haben.

Zum Training tragen die Turnerinnen einen Turnanzug mit kurzer oder langer Turnhose oder andere enganliegende Sportkleidung. Dies ist notwendig, um der Turnerin sichere Hilfestellung geben zu können. Im Sommer sind zusätzlich Turnschuhe für draußen mitzubringen. Lange Haare mit einem Haargummi nach hinten binden oder flechten.

Bei einem mehrstündigen Training werden kurze Pausen gemacht. Die Turnerinnen können einen kleinen Snack (z.B. Obst oder Rohkost) mitbringen und als Getränk Wasser oder Tee.

Die einmalige DTB-ID-Nummer für die Turnerinnen muss von den Eltern beantragt und bezahlt werden.

Um die Beantragung und Bezahlung der Jahresmarken, die für die anstehenden Wettkämpfe benötigt werden, kümmern sich die Trainer bzw. der Verein (Jugendwartin).

Bei allem Leistungswillen:

Schule und Gesundheit haben immer Vorrang!

„Der Spaß am Turnen darf in keiner Gruppe verloren gehen“

