

# TURN10 – „Turnen lernen (fast) ohne Hilfestellung“ - TEIL 2



**WANN:** Samstag, 3.2. und Sonntag, 4.2.2018

**UHRZEIT:** Samstag, 11:00 – 18:00 Uhr mit 1-stündiger Mittagspause  
Sonntag, 8:30 – 15:30 Uhr mit 1-stündiger Mittagspause

**WO:** ULSZ Rif/Hallein, Hartmannweg 4-6, 5400 Hallein

**ZIELGRUPPE:** alle interessierten Personen, Mindestalter 16 Jahre

(Es können Kinder im Grundschulalter mitgebracht werden und bei den gezeigten Inhalten mitturnen. Sie müssen aber unter Kontrolle gehalten werden und sich bei Erklärungen angemessen verhalten)

**KOSTEN:** 130€

**MELDESCHLUSS:** 12. Jänner 2018

**TEILNEHMERANZAHL:** Mind. 20 - Max. 40

**ANMELDUNG:** Über die ÖFT-Online-Meldeplattform ([oeft.navportal.at/anmeldung](http://oeft.navportal.at/anmeldung))

**REFERENT:** Axel Fries (Vorstandsmitglied Schulsport des Bereichsvorstands Sportartentwicklung des DTB, Mitglied der Kommission der Spitzenverbände der Deutschen Schulsportstiftung, Mitglied des Organisationskomitees Jugend trainiert für Olympia/Paralympics, Turn10-Mitbegründer)

**INHALT:** Turn10 Fortbildung mit modernsten methodischen Übungsreihen, die fast vollständig auf Hilfestellung verzichten.

## **1. Tag: Gerättturnen? Klar macht das Spaß! – 2. Teil**

Ein ganzer Tag Sprung: Der Sprung ist ein sehr beliebtes und vielseitiges Gerät. Insbesondere der Einsatz des Minitrampolins als Absprunghilfe bietet den Kindern kurzweilige und interessante Beschäftigung. Außerdem wurde leider in der Vergangenheit häufig eine falsche Technik vermittelt, die oft zu schlechten oder fehlerhaften Sprüngen geführt hat. Hiermit wird an diesem Lehrgangstag aufgeräumt und es wird mit Sicherheit einige „Aha-Effekte“ geben.

# TURN10 – „Turnen lernen (fast) ohne Hilfestellung“ - TEIL 2



## 2. Tag: Gerättturnen? Klar macht das Spaß! – 3. Teil

- a) Helfen und Sichern: Natürlich gibt es Elemente, bei denen die lernenden Kinder noch gesichert werden müssen, um bei Fehlern Unfälle und Verletzungen zu vermeiden. Sinnvoll ist es, dass die Kinder sich die Hilfen gegenseitig geben. Das schafft Vertrauen und hält den Lehrer oder Übungsleiter für andere Aufgaben wie Korrekturen oder schwierigere Hilfen frei. Hier wird eine ganze Unterrichtsreihe für das Erlernen der Helfergriffe mit zugehörigen Übungen gezeigt.
- b) Hinführen zum Reckturnen
- c) Hinführen zum Barrenturnen
- d) Zusammenstellung und Bewertung von Turn10-Übungen

**Es werden Unterlagen zu den gezeigten Inhalten im Rahmen des Kurses ausgegeben.**

**KONTAKT:** Franziska Rath - ÖFT Sportkoordinatorin  
[franziska.rath@oeft.at](mailto:franziska.rath@oeft.at) , Tel. 01 505 51 79 11

**Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen und wünschen einen lehrreichen und interessanten Kurs!**

