

Hallo zusammen

Den Lauf durch die verschiedenen Jugistufen werdet ihr bald hinter euch haben. Ihr wurdet durch schöne, abwechslungsreiche, strenge und lustige Turnstunden geleitet. Sowohl die körperliche Fitness, als aber auch der Spass kamen dabei nie zu kurz.

Doch als junge Erwachsene ist der Turnspass nach der Jugi natürlich lange nicht vorbei – der Turnverein bietet weiterhin die Möglichkeit, sportlich aktiv und fit zu bleiben, sowie das Gelernte zu verbessern und Leistungen zu fördern.

Bei uns turnen ca. 40 Aktive im Alter zwischen 16 und 34 Jahren. Die Turnstunden sind jeweils am Dienstag und Freitagabend. Wir betreiben Sektions- und Einzelturnen in den Sparten Leichtathletik, Geräteturnen, Gymnastik/Team und Spiele.

Die zwei Hauptsparten sind Leichtathletik und Geräteturnen. Daneben werden Gymnastik und Fachtest Allround als Ergänzung angeboten. Viele polysportive Anlässe sind natürlich auch Teil eines Sportvereines und kommen während dem Jahr nicht zu kurz.

Unser Verein bietet eine sinnvolle Freizeitaktivität, organisiert gesellige Anlässe und ist eine gute Basis um neue Bekanntschaften zu knüpfen.

Die verschiedenen Sparten im Überblick:

Leichtathletik, wettkampforientiert

(Erwartung 2x Training pro Woche)

Hauptsparten: Sprint, Weitsprung, Hochsprung, Kugelstossen, Stafetten, Ausdauer & Krafttraining

Vereinsgeräteturnen (Erwartung 2x Training pro Woche)

Wettkampfübung: Barren, Stufenbarren, Boden (Kombination mit Musik)
Kraft, Ausdauer, Spiel und Spass, Übung neuer Teile an diversen Geräten

Gymnastik (Erwartung 2x Training pro Woche)

Wettkampf Kleinfeldübung: Choreografie mit verschiedenen Tanzrichtungen und ein paar Akrobatik- sowie Partnerteilen. Rhythmusgefühl, Synchronität, Ausstrahlung, Mimik und Bewegungsausführung

Fachtest Allround (Wettkampforientiert 1x Training pro Woche)

Wettkampf - drei „Spiele“, die Wurftechnik, Zielwurf und Zielschlag, Geschicklichkeit, Ausdauer, Koordination erfordern

Leichtathletik Plausch neu – In Planung mit Jugi 3 (Polisportive Richtung)

Ziel: In Kombination mit Fachtest Allround, Training 1x wöchentlich
Nicht wettkampforientiertes LA-Training, abwechselnd alle LA-Disziplinen

Überall sind natürlich beide Geschlechter herzlich willkommen!



Jahresprogramm



Leistungswettkämpfe:

Vergleichswettkampf (Getu, Gym, FtA)
Leubergcup (Getu, LA, Gym)
LMM-Vorrunde Leichtathletik Mannschafts-Mehrkampf (LA)
Turnfest / alle 6. Jahre ETF, 3. Jahre KTF
Staffelmeisterschaften
Seefest / Turnerunterhaltung

Polysportiv / Spielturniere:

Oberländer Spielabend Walenstadt (Volleyball, Unihockey)
Grümpeltturnier Bad Ragaz
Volleyballturniere
Faustballturnier (Manor Indoors)
Vereinsmeisterschaft



Gesellige Anlässe / Vereinsleben:

Skiweekend, Mittelsäss Pizol
Sommerferienprogramm (jeweils Freitag Abend)
Turnfahrt
Sauna Plausch
Suuserbummel
Chlausabend



Schaut mal im Training vorbei und
macht euch selbst ein Bild!

Für Fragen und weitere Infos wendet euch doch
unverbindlich an Christian Fraefel.
mobile: 079 664 38 69



... wir freuen uns auf euch!!!