

# **Trainerlehrgang Sonntag 28. April 2024 in der Sporthalle des TV Knielingen**

**Termin: Sonntag, 28. April 2024  
von 10:00 Uhr – 15:00 Uhr**

## **Inhalte:**

- Erarbeitung von Schwüngen an Barren und Ringe
- Pendelschwünge am Pauschenpferd als Grundlage für Über- /und Rückspreizen.
- Felgbewegungen am Reck als Grundlage für Halbriesen oder Riesenfelge.
- Erarbeitung von Strecksalto-Abgang am Reck ohne Schnitzelgrube.
- Ideen für Krafftraining

**Referent:** Sebastian Kunz, TG Söllingen

**Meldeschluss: 21.04.2024  
(Nachmeldung kurzfristig bis 25.04.2024 möglich)**

**Anmeldung an:** Christina Merz per Mail  
[Christina.Merz@karlsruher-turngau.de](mailto:Christina.Merz@karlsruher-turngau.de) oder  
telefonisch unter: 0173-9578131  
es kann auch gerne jemand ohne Anmeldung  
spontan teilnehmen.

Es können auch gerne Athleten mitkommen!!

Kosten: 10,00 Euro pro Teilnehmer(in) (sind bar Vorort zu entrichten).

**Ort:** Sporthalle des TV Knielingen  
Frauenhäusleweg 1b, 76187 Karlsruhe

**Der TV Knielingen bietet Getränke und Speisen an.**

Wir möchten einfach die Trainer der Ortsvereine mit neuen Ideen und Vorschlägen inspirieren, um die Basis im Geräteturnen weiterhin zu fördern und einen Anreiz für den Einstieg in das Ligaturnen zu schaffen.

Da manche Themen auch im weiblichen Geräteturnen beinhaltet sind, können auch gerne Interessenten aus dem weiblichen Bereich mit Turnerinnen daran teilnehmen.

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme aller Vereine.

- Für Personen-/ Sachschäden und Diebstähle wird keine Haftung übernommen.
- Mit der Anmeldung erteilen alle Teilnehmer ihr Einverständnis, dass Bildaufnahmen während der Veranstaltung, auf denen sie eventuell abgebildet sind, für Berichterstattungen oder eigene Werbezwecke verwendet werden dürfen.