



Sportartenzuordnung

zum Verband für Turnen und Freizeit

Freizeitsport, Gesundheits-sport, Wettkampf- und Leistungssport.

Unter dem Dach des VTF hat vieles Platz! Turnen ist vielfältig, wie unsere Auswahl zeigt:

KINDERTURNEN

- „Alles was Spaß macht“
- Babys in Bewegung
- Eltern-Kind-Turnen
- Haltungsturnen
- Kindertanz
- Kinderturnen / Fitkids
- Kleine Ball- und Bewegungsspiele
- Kleinkinderturnen
- Psychomotorik
- Rhythmische Früherziehung
- Singen & Spielen
- Spielen im Wasser
- Vielseitige Bewegungs- und Gesundheitsförderung für Kinder
- ähnliche Angebote

WETTKAMPF- UND LEISTUNGSSPORT DER TURNDISZIPLINEN

- allgemeines Turnen
- Gerättturnen
- Trampolinturnen
- Rhönradturnen
- Gymnastik
- Rhythmische Sportgymnastik
- Sportaerobic
- Sportakrobatik
- Dance
- Orientierungslauf
- Musik- & Spielmannswesen
- Faustball
- Indiaca
- Korbball
- Korbball
- Prellball
- Ringtennis
- Schleuderball
- Völkerball
- Tschoukball

GYMWELT

GYMWELT 1

freizeitsportliche Fitness- und Gymnastikangebote

GroupFitness Angebote wie:

- Aerobic / Step-Aerobic
- Aqua-Fitness
- Body-Workout
- Fitnessgymnastik / Bauch-Beine-Po
- Functional Training / Cross Fitness
- Gymnastik
- Indian Balance
- Indoor Cycling / Workout
- Konditionstraining / Skigymnastik
- MamaFit – Baby mit
- Pilates / Stretching
- Zumba®

Studio-Angebote

- Fitness auf der Fläche
- GeräteFitness
- Personaltraining

GYMWELT 2

Gesundheitsangebote

Präventive Angebote wie:

- Beckenbodentraining
- Entspannung
- Ernährung & Bewegung
- Gehirnttraining etc.
- MedicalFitness
- Präventive Gymnastik
- Rückbildungsgymnastik
- Rückengymnastik
- Stressbewältigung
- Yoga / TaiChi / Qigong

Rehabilitationsangebote wie:

- Ambulanter Herzsport/ Coronarsport

Anerkannte präventionsgeprüfte Angebote des DTB wie:

- ATP
- Bewegung statt Schonen
- Cardio-Aktiv
- Fit bis ins hohe Alter
- Fit und Gesund
- Ganzkörper-Kräftigung
- Gesundheit durch Bewegung in der Schwangerschaft
- Nordic Walking / Walking & mehr
- Rückentraining sanft & effektiv
- Standfest und stabil
- Trittsicher durch Leben

GYMWELT 3

freizeitsportliche Natursportangebote

- BrainWalking
- Fitness Outdoor
- Nordic Walking / Stickwalking
- Orientierungslauf / Geocaching
- Parksport
- Urban-Fitness
- Wandern / Walking
- ähnliche Outdoor-Angebote

GYMWELT 4

freizeitsportliche Bewegungskunst & Turnartistik

- Akrobatik und mehr
- Bewegungstheater & Pantomime
- „Freizeitspaß“
- Jonglieren & Einradfahren
- kleine Spiele
- Parkour
- Slacklining
- Spiel & Spaß
- Tricking
- Zirkustechnik
- ähnliche freizeitsportliche Angebote

GYMWELT 5

Musik, Rhythmik, Tanz und Vorführung

- Ballett / Dance
- Capoeira
- Drums Alive
- Folklore / Line Dance
- HipHop / Breakdance
- HulaHop / Jumpstyle
- Jazzgymnastik
- Musical Dance
- Musik- & Spielmannswesen
- Vorführungen / Showgruppe
- ähnliche freizeitsportliche Angebote

Informationen

Sie haben Fragen zu unseren Angeboten?

Wir informieren und unterstützen Sie gerne.

Rufen Sie uns an:

040/419 08 - 237