

Rhythmische Sportgymnastik

Habt ihr Spaß am Turnen, Tanzen und entdecken neuer Sachen?

Dann seid ihr bei uns genau richtig, denn bei uns wird es nie langweilig!

Die Turngemeinde Münster sucht für ihren RSG-Kurs neue Mädels mit einer geistigen und/oder mehrfacher Behinderung. Das Alter spielt keine Rolle 😊

Ihr habt die Möglichkeit erste Elemente der RSG kennenzulernen, Choreografien einzustudieren und auf diesem Wege die besondere Sportart für euch zu entdecken. Zwei Große Ziele stehen auf der Agenda:

Die Special Olympics Landesspiele in Münster im Jahr 2024

Und

Die Special Olympics World Games im Jahr 2027

Die Rhythmische Sportgymnastik (RSG) ist eine Mischung aus Tanz-, Turn-, und Ballettelementen, die sich durch die Arbeit mit Handgeräten ergänzt. Ihr habt die Möglichkeit eigene Übungen zu turnen, diese vor Zuschauern zu präsentieren und dabei die erlernte Arbeit mit dem Handgerät als auch Körperelemente, bestehend aus akrobatischen Elementen, Sprüngen, Ständen und Drehungen zu zeigen.

Musik spielt in der RSG die größte Rolle. Ihr könnt lernen euch tänzerisch und taktisch zur Musik zu bewegen und das Selbstbewusstsein zu stärken. Aber auch die disziplinäre Fähigkeit und Willensstärke werden verstärkt während man Spaß am Sport hat.

Möchtet ihr auch mal mit einem Band tanzen oder einen Spagat lernen? Dann kommt vorbei.

Wir freuen uns auf euch! :)

Wann?

Montags 17:30-18:30 Uhr

10 Kurs-Stunden (Kursgebühr wird nach Anzahl der Teilnehmer berechnet)

(Beispiel: 5 Teilnehmer = 90 Euro; 7 Teilnehmer = 65 Euro)

Wo?

Gymnastiksaal der TG-Münster

Lotharingerstraße 17, 48147 Münster

Weitere Kurs Zeiten und Orte sind aktuell in der Ausbauphase.

Für Anmeldungen und Fragen meldet euch gerne bei mir unter

marinabeck95@googlemail.com oder 01743339664 (Whatsapp oder Anruf)