

#K 18.2.2022

## Kinder werfen, hüpfen und balancieren

TSG Altenhain verspricht Spaß und Sport in einem neuen Kurs – Der Verein bietet auch Faszien-Training an

**Altenhain-** Die TSG Altenhain bietet zwei neue Angebote an: „Sport & Fun for Kids“ startet am Donnerstag, 24. Februar, das „Faszien-Training“ hat am Mittwoch, 2. März, Premiere. „Sport & Fun for Kids“ steht für Sport und Spaß und ist eine englische Umschreibung für Kinderturnen. Für diese Übungsstunde konnte die TSG Zaur Guliyev als neuen Übungsleiter gewinnen. Er war mit einer

vergleichbaren Tätigkeit zuvor in anderen Vereinen tätig. In dem Kurs steht die Förderung der Grundfertigkeiten im Vordergrund, beispielsweise das Balancieren, Hüpfen, Werfen oder Rollen. Er findet jeden Donnerstag von 15.15 bis 16.30 Uhr in der Kahlbachhalle, Kirchstraße 31, statt. Während der Schulferien ist Pause. Die TSG heißt alle Kinder zwischen vier und sieben Jahren

– gerne auch in Begleitung eines Elternteils – willkommen.

Weitere Informationen gibt es unter [www.tsg-altenhain.de](http://www.tsg-altenhain.de) oder bei Zaur Guliyev unter der Telefonnummer 0175-45 89 92 81 oder [tuk.tuk@mail.ru](mailto:tuk.tuk@mail.ru) (Mail).

Das „Faszien-Training“ startet am 2. März. Das Sportangebot ist geeignet für alle, die ihre Beweglichkeit verbessern, die gezielt Faszien trainieren wollen und die

lernen möchten, wie man dabei Faszien-Rollen oder -Bälle einsetzt. Es sind sowohl Einsteiger und Wiedereinsteiger als auch bereits aktive Faszien-Trainierende willkommen. Der Kurs ist mittwochs von 19 bis 20 Uhr in der Kahlbachhalle. Weitere Informationen gibt es unter [www.tsg-altenhain.de](http://www.tsg-altenhain.de) oder bei Barbara Wermter unter der E-Mail-Adresse [barbara@wermter.com](mailto:barbara@wermter.com) und Telefon 0178-646 62 22. Mit großer Wahrscheinlichkeit wird die TSG Altenhain aufgrund der großen Nachfrage noch ein drittes Angebot für „Jumping-Fitness“ für Erwachsene zusätzlich zu den Terminen donnerstags und freitags anbieten. Voraussichtlich wird das mittwochs zwischen 19 und 20 Uhr sein. Details werden bekanntgegeben, wenn der Termin des Beginns feststeht.

wm