

Kindersportschule Neuaubing

München, 30. März 2015



Aktionstag Sport und Gesundheit ein voller Erfolg – Über 70 Kinder schlagen sich beim „Kinderturntest“ hervorragend

Die Kindersportschule des ESV Neuaubing blickt zufrieden auf die erste Auflage des „Aktionstags Sport und Gesundheit“ Ende Februar zurück. Denn trotz Terminüberschneidung mit dem letzten Skikurs-Tag, der auch für viele KiSS-Kinder den Abschluss des ersten Skikurses bedeutete, fanden zahlreiche Familien den Weg in die Dreifachturnhalle des ESV. Über 70 Kinder zeigten am Samstag Nachmittag an insgesamt sechs Stationen ihr ganzes Können. Es wurden grundsätzliche sportmotorische Fähigkeiten wie Gleichgewicht, Ausdauer, Koordination und Kraft getestet.

Während die Kinder zwischen vier und zehn Jahren ab 13 Uhr mit dem sportmotorischen Test begannen, startete auch für die Eltern ein interessantes Sportprogramm.

Beim Yoga mit Übungsleiterin Sabine Sengewald brachten die Erwachsenen Körper und Geist in Einklang. Die Untermalung mit Klangschalen und ein Exkurs ins Passiv-Yoga sorgen für Entspannung und boten eine besondere Form der Massage. Um 15 Uhr führte Übungsleiterin Tina Berzl durch ein Übungsprogramm mit dem Flexibar. Direkt im Anschluss fand um 16 Uhr noch deepWork mit Andrea Moosmüller statt.

Parallel dazu absolvierten die Kinder den sogenannten Kinderturntest des Bayerischen Turnverbands. An insgesamt sechs Stationen testeten die Kinder ihr Geschick und wurden dabei von insgesamt sieben Übungsleitern der Kindersportschule angeleitet. Zunächst ging es zum Wiegen zum Aktionsstand der St. Jakobs Apotheke. Ob beim Balancieren, Hin- und Herspringen, Springen, Liegestütz oder Sechs-Minuten-Lauf – alle Kinder waren mit Feuereifer bei der Sache. Nach der objektiven Messung an den Stationen erhielten die Kids eine Urkunde über die erbrachten Leistungen inklusive einer Auswertung ihrer motorischen Fähigkeiten. Leider entfiel das Ernährungsquiz mit Oecotrophologin Monika Ziebart aufgrund von Krankheit. Die vorgesehenen Sachpreise erhielten die Kinder dennoch für die Teilnahme am Kinderturntag.

Für die Übungsleiter der Kindersportschule dient der jährliche Fitnessstest als Rückmeldung über die Stärken und Schwächen der Kinder. So kann im Sportunterricht individuell auf die Entwicklung der Nachwuchssportler eingegangen werden und bei den größeren Kids vielleicht sogar schon der Hinweis auf eine mögliche Fachsportart gegeben werden. Erstmals wurden die Daten nun an einem Aktionstag erhoben.

„Auch in der Zukunft soll der Gesundheitstag wieder aufgelegt werden, um über die Jahre hinweg eine ständige Entwicklungskontrolle gewährleisten zu können und um die Kinder auch im Bereich Gesundheit weiter zu begleiten“, sagt KiSS-Leiterin Hannah Ziegler. Im März testeten die Trainer der Kindersportschule nochmals in den Unterrichtseinheiten sowie in den Partnerschulen. Insgesamt wurden so rund 170 Kinder zwischen vier und zehn Jahren getestet.

Kontakt:

Leitung KiSS
Dipl. sportwiss. (Univ.)
M.A. Hannah Ziegler

Email:
kiss@esv-neuaubing.de

Internet:
www.esv-neuaubing.de/kiss

Sprechzeiten nach
Vereinbarung oder siehe
Internet

Geschäftsstelle:

ESV Sportfreunde
München-Neuaubing e.V.

Papinstr. 22
81249 München
Tel.: (089) 3090417-0
Fax: (089) 3090417-29