

TG Donzdorf

NEU YOGA-WORKSHOP

Unser erster Yoga-Workshop steht vor der Tür.

Der Workshop wird von der erfahrenen Yoga-Lehrerin Anna-Lena angeboten. Anna-Lena praktiziert seit über zehn Jahren Yoga und hat dabei viele unterschiedliche Richtungen ausprobiert. (www.swagwithanna.com)

Ihre Yogalehrerausbildung hat Anna-Lena bei Christina Martini in Hawaii absolviert. Nun bringt sie mit ihren Vinyasa Flow Kursen ein bisschen Maui nach Deutschland und jetzt auch nach Donzdorf.

Wann: Samstag, 26.09.2020 / 10.00 – 11.30 Uhr

Wo: TG-Halle Donzdorf

Kosten: 12 Euro (Bezahlung nach Bestätigungsemail)

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung an kurse@tg-donzdorf.de

In der Anmeldung sollte Name, Adresse und Erreichbarkeit vorhanden sein. Weitere Infos folgen in der Bestätigungsemail.

Anmeldeschluss: 19.09.2020

Da unsere Teilnehmerplätze begrenzt sind, ist eine schnelle Anmeldung zu empfehlen.

Infos: Homepage www.tg-donzdorf.de unter der Rubrik „Kursangebote“

Abteilung Handball

Papiersammlung am 26. September 2020

Der Termin für die nächste Altpapiersammlung der **Handballjugend** in Donzdorf steht fest:

Samstag, den **26. September 2020**. Beginn ist um 8.00 Uhr, Ende wird ca. 15.00 Uhr sein.

Wir bitten alle Donzdorfer, in den nächsten Wochen das Altpapier zu sammeln, damit die Sammlung ein Erfolg wird. Bitte das gesammelte Papier gut gebündelt bereitstellen, damit es von den Jugendlichen problemlos transportiert und auf die LKWs verladen werden kann. Der Erlös kommt wie immer der Jugend der **HSG Wi/Wi/Do** zugute. Das Altpapier kann auch direkt zu den Containern, die auf dem Parkplatz der Fa. Möbel Schmid stehen, gebracht werden.

Alle Helfer treffen sich um 8.00 Uhr bei der Fa. Möbel Schmid. Für Verpflegung ist wie immer gesorgt.

Jugendleiter TGD

Abt. Kinderturnen

1. Eltern-Kind-Turnen

Bald ist es soweit und wir werden wieder mit Kinderturnen durchstarten.

Allerdings gibt es einige Auflagen die wir auf Grund von Corona einhalten müssen.

Sowohl im Eltern-Kind-Turnen wie auch im Kinderturnen darf die Zahl von 15 Teilnehmern nicht überschritten werden. Beim Eltern-Kind-Turnen bedeutet dies, dass ein Elternteil und ein Kind als eine Person gezählt werden.

Das Eltern-Kind-Turnen bei Holger Bohm wird vermutlich ähnlich ablaufen, genauere Infos dazu gibt es kommende Woche.

Das Eltern-Kind-Turnen bei Tine Striso wird wie immer mittwochs von 10.30 – 11.30 Uhr stattfinden.

Eine Anmeldung ist zwingend erforderlich. Bitte melden Sie deshalb ihre Kinder mit folgenden Daten bei Tine Striso direkt per Email an: tine.striso@gmx.de

Vorname u. Name vom Kind und Mama oder Papa

Geb.-Datum vom Kind

Adresse

Mobilfunknummer

Mitglied in der TG seit?

Die erste Eltern-Kind-Turnstunde beginnt am 16. September 2020.

2. Kinderturnen ohne Eltern

Fürs Kinderturnen ohne Eltern gehen Sie bitte genauso vor. Auch da nur mit Anmeldung über die Übungsleiterin Tine Striso mit o.g. Daten.

Diese Turnstunden finden für die 4/5-jährigen Kinder dienstags von 14.00 – 14.45 Uhr und für die 5/6-jährigen Kinder (nur Vorschüler) dienstags von 15.00 – 15.45 Uhr

Die ersten Turnstunden werden hier am 22. September 2020 stattfinden, am 15.9.20 ist die Halle leider belegt. Bitte kommen Sie mit Ihrem Kind ca. eine viertel Stunde früher, da es noch kurz einige Infos gibt. Das gleiche gilt auch für die Vorschulturnstunde.

Ablauf vor den Übungsstunden (Eltern-Kind-Turnen / Kinderturnen):

Im Eingangsbereich der Halle wird eine Liste bereitliegen, in welche Sie sich bzw. ihr Kind eintragen müssen. Auch ums Hände desinfizieren wird dringend gebeten. Die Kinder der ersten Stunde benutzen bitte die vordere erste Umkleidekabine und gehen vor der Turnstunde noch mit ihren Eltern zur Toilette. Erst dann bitte in die Halle kommen.

Die Kinder der zweiten Turnstunde benutzen die hintere zweite Umkleidekabine, gehen ebenfalls nochmals zur Toilette und desinfizieren sich die Hände. Erst wenn die Halle frei ist, dürfen die Kinder der zweiten Sportstunde in die Halle kommen.

Kursangebot

BiB 1.1 - 2020

Auch hier planen wir einen neuen Kurs und haben auch schon einige Anmeldungen vorliegen.

Der Kurs wird donnerstags von 9.30 – 11.00 Uhr stattfinden, wobei das gemütliche Ankommen, Ausziehen und am Schluss wieder fertig machen in der Zeit mit inbegriffen sind.

Die Kurseinheiten sollen eine intensive Zeit mit dem Baby ermöglichen, beinhalten aber auch Bewegungsanregungen, um die koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten der kleinen Menschen zu fördern. Außerdem werden wir sehr viel singen, Sing- und Greifspiele machen, aber auch der Austausch mit anderen Mamas oder Papas ist ein Teil des Programms.

Die Anmeldung erfolgt über die Email von Tine Striso: tine.striso@gmx.de

Aufgrund der CoronaVO können hier höchstens 5 Anmeldungen entgegengenommen werden.

Einheiten: 8x

Kosten: Mitglieder 35 Euro / Nichtmitglieder 75 Euro

Wo: Gymnastikraum der TG Halle im UG

Beginn: sobald Höchstteilnehmerzahl erreicht ist

donnerstags von 09.30 – 11.30 Uhr

Aerobic

Aerobic ist ein dynamisches Fitnessstraining in der Gruppe mit rhythmischen Bewegungsabläufen zu fetziger Musik. Die Grundelemente sind hauptsächlich Ausdauer und Koordination.

Bei diesem Kurs handelt es sich um einen reinen Anfängerkurs und es werden erst neue Schritte eingebaut, wenn alle Teilnehmer mitkommen.

Anschließend gibt es noch ein kleines Krafttraining, damit auch alle Muskeln etwas von unserer Stunde haben. Zu guter Letzt wird ordentlich gedehnt, damit Muskelkater erst gar keine Chance bekommt.

Aufgrund der CoronaVO können hier höchstens 5 Anmeldungen entgegengenommen werden.

Einheiten: 8x

Kosten: Mitglieder 25 Euro / Nichtmitglieder 55 Euro

Wo: Gymnastikraum der TG Halle im UG

Beginn: sobald Höchstteilnehmerzahl erreicht ist,

dienstags von 17.30 - 18.30 Uhr

Kursleiterin: Tine Striso – Aerobic- und Fitnesstrainerin

Mobil: 0172-7476078

Anmeldung bei: tine.striso@gmx.de

TG Donzdorf Abteilung Gerätturnen –

Interesse am Gerätturnen? Jetzt ausprobieren!

Hast du Lust zu rollen, zu drehen oder dich zu überschlagen? Dann komm doch gerne zu uns!

Zu folgenden Zeiten kannst du in das Gerätturn-Training reinschnuppern:

Mädchen 5 und 6 Jahre: Freitag, 16-18 Uhr, TG Halle

Jungs ab 5 Jahre: Dienstag, 16.30-18.30, TG Halle

An die Eltern: Bitte melden Sie sich bei Interesse an, da wir das Training unter Berücksichtigung der aktuellen Corona-Verordnung planen müssen. Bitte hierzu Barbara Ziller (b.ziller@gmx.de) kontaktieren.

Wir freuen uns auf dich!

LG Lauter

LG Lauter-Athleten bei Meisterschaften unterwegs.

Coronabedingt, wurden fast alle Leichtathletik-Meisterschaften in den September verlegt. Für unsere Athletinnen und Athleten war deshalb nur eine kleine Trainingspause im August möglich, ansonsten wurde das Trainingsprogramm uneingeschränkt weitergeführt.

Landesmeisterschaften:

Bereits am kommenden Wochenende (Samstag, 12.9.20) gehen **Jonas Baumhauer U18 (800 m)** und **Lukas Baumhauer U20 (100 m)** bei den **Baden-Württembergischen Meisterschaften** in Walldorf, beide mit Finalchancen, an den Start.

Eine Woche später (Sonntag, 20.9.20) ist dann unsere Speerwerferin **Hannah Geiger U18** ebenfalls bei den **Baden-Württembergischen Meisterschaften** in Walldorf am Start. Auch sie hat gute Finalchancen.

Am selben Tag, dem Sonntag, dem 20.9.20 finden in Stuttgart auch die **Württembergischen Einzelmeisterschaften** der U16 statt, bei denen **Timo Schmid M14** im Kugelstoßen und Weitsprung am Start sein wird.

Regional-und Kreismeisterschaften:

Am Samstag, 19.9.20 finden die **Kreismeisterschaften der Aktiven** über 800 m in Uhingen statt. Hier ist **Johannes Grupp** mit der schnellsten Zeit gemeldet.

Nachgeholt werden an diesem Tag auch noch die **Kreismeisterschaften der M14** im Kugelstoßen und Weitsprung. Hier geht **Timo Schmid** als Mitfavorit an den Start.

Gleichzeitig finden in Uhingen auch die **Regionalmeisterschaften** der U14 statt.

Hier starten unsere jüngsten Athletinnen **Hannah Kibler W12** im Kugelstoßen und **Anna-Maria Weber W13** im Weitsprung und Kugelstoßen.

Wir wünschen unseren Athletinnen und Athleten viel Erfolg bei den Meisterschaften!

Abteilung FFG – Freizeit- Fitness und Gesundheit

Hallo liebe Turnerinnen und Turner,

die Sommerferien neigen sich nun dem Ende zu.

Ab Montag, dem 14.09.2020 starten wir wieder mit unseren Turnstunden in den Turnhallen.

Aufgrund von Corona ergeben sich einige Verhaltensregeln die wir einhalten müssen.

Die bereits veröffentlichten Regeln wie Hände desinfizieren, eintragen in die Anwesenheitslisten, das Tragen von Mund-und Nasenschutz beim Betreten und Verlassen der Halle, Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 m.

Der Start ist ab **14.09.2020** wie folgt:

Montag 18.00 – 19.00 Uhr bleibt unverändert

Montag 19.00 – 20.00 Uhr

20.00 – 21.00 Uhr bleibt unverändert

Montag 19.00 – 20.00 Uhr Schulturnhalle Gymnasium

Dienstag 9.00 – 10.00 Uhr

10.00 – 11.00 Uhr **finden ab 22.09.2020 wiederstatt**

Mittwoch 19.00- 21.00 Uhr bleibt unverändert

Alle Turnstunden enden ca. 15. Min vor dem offiziellen Ende.

In dieser Zeit muss die Halle ausgiebig gelüftet werden.

Außerdem wird die Zeit für das Betreten und Verlassen der einzelnen Gruppen benötigt.

Die Umkleidekabinen sind wieder geöffnet es wäre aber von Vorteil bereits in Sportkleidung zu kommen.

Bringt bitte alle **eigene Matten** (auch Isomatten möglich) soweit vorhanden mit. Zusätzlich ein großes Handtuch zum Abdecken der Gymnastikmatte sowie ein kleines Handtuch zur Gymnastik.

Es gilt in der Halle der allgemeine **Mindestabstand von 1,5 m.**

Achtung: Die bereits veröffentlichten Verhaltensregeln bleiben bestehen.

Ich wünsche Euch allen einen guten Start und bleibt gesund.

Heidi Donabauer

Abteilungsleitung