

## Hockey – 4 bis 10 Jahre

(Beitragsstufe 4)

Tag	Uhrzeit	Halle
Fr (Kids U6)	15:00 - 16:00	Kunstrasen
Mo (Kids U8) Fr (Kids U8)	16:00 - 17:00 16:00 - 17:00	Kunstrasen
Mo (Kids U10) Do (Kids U10)	16:30 - 18:00 16:00 - 17:30	Kunstrasen

## Kindertanz - 3 bis 10 Jahre

Wir tanzen... und das jetzt schon ab 3 bis 6 Jahre. Es werden kleine Choreographien zu bekannten Kinderliedern eingeübt. (Beitragsstufe 1)

Tag	Uhrzeit	Halle
Di (3-6 J.)	14:45 - 15:30	VfL Saal 2
Di (6-10 J.)	15:30 - 16:30	VfL Saal 2

## Rhythmische Sportgymnastik - 5 bis 10 J.

Die Rhythmische Sportgymnastik ist eine Sportart, bei der Bewegungen von Tanz und Ballett kombiniert werden. Hinzu kommen Akrobatik und der Einsatz von Geräten wie Bänder, Bälle und Reifen. (Beitragsstufe 1)

Tag	Uhrzeit	Halle
Mi (5-6 J.)	16:00 - 17:00	JBS-B
Mi (7-10 J.)	17:00 - 18:00	JBS-B

## Dance & ZUMBA Kids - 5 bis 12 Jahre

Mit viel Spaß wird bei diesem Angebot das Rhythmusgefühl und die ersten Choreos auf spielerische Weise geübt. (Beitragsstufe 1)

Tag	Uhrzeit	Halle
ZUMBA Kids Mo (5-7 J.)	16:00 - 16:45	VfL Saal 2
Dance Kids Mo (8-12 J.)	17:00 - 17:45	VfL Saal 2
K-Pop Mo (8-12 J.)	17:00 - 17:45	VfL Gym 2

## Judo – 5 bis 7 Jahre - nur mit Voranmeldung -

Judo ist eine Kampfsportart, bei der man lernt, sich ohne Anwendung von Gewalt zu verteidigen. (Beitragsstufe 1)

Tag	Uhrzeit	Halle
Freitag (5-7 J)	16:00 - 17:00	THS-B

## Leichtathletik – 6 bis 10 Jahre

Laufen, Springen, Werfen - das sind die Grunddisziplinen beim Leichtathletik. Jungen & Mädchen, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, sind herzlich willkommen.

Tag	Uhrzeit	Halle
Donnerstag	16:00 - 18:00	KB / KBS

**Unser Sportangebot für Kinder ab 6 Jahren (z.B. Faustball, Fechten, Handball, Hockey, Karate, Leichtathletik) finden Sie direkt bei den einzelnen Sportarten.**



**VfL Pinneberg**  
Geschäftsstelle  
Fahltskamp 53  
25421 Pinneberg

Telefon: 04101 55602-0  
Telefax: 04101 55602-22  
E-Mail: [info@vfl-pinneberg.de](mailto:info@vfl-pinneberg.de)  
[www.vfl-pinneberg.de](http://www.vfl-pinneberg.de)

Stand: Juni 2026

# KINDERSPORT



**FÜR ALLE KINDER  
BIS 10 JAHRE**

[www.vfl-pinneberg.de](http://www.vfl-pinneberg.de)

Die Welt erschließt sich dem Kind über Bewegung. Schritt für Schritt ergreift es von ihr Besitz. Mit Hilfe von körperlichen und Sinneserfahrungen bildet es Begriffe; im Handeln lernt es Ursachen und Wirkungszusammenhänge kennen und begreifen.

Die Abteilungen des VfL Pinneberg unterstützen die Kinder im Entwickeln von vielseitigen Bewegungserfahrungen und dem Kennenlernen des eigenen Körpers. Eine ganzheitliche körperliche Ausbildung ist dabei das Ziel unsere Angebote für Kinder ab dem Laufalter. Je unspezifischer der Start in das sportliche Leben erfolgt, desto vielfältiger sind die Entwicklungsmöglichkeiten. Wir bahnen in den ersten Jahren viele Muster an und üben uns in Koordination, Schnelligkeit, Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Wir empfehlen eine Spezialisierung, eine Festlegung für eine bestimmte Sportart, erst ab frühestens 6 Jahren. Eine späte Spezialisierung ist der Schlüssel zum Erfolg. Vorher steht Spaß, Vielseitigkeit und Häufigkeit an erster Stelle.



Quellen: [www.kinderaerzte-im-netz.de](http://www.kinderaerzte-im-netz.de) & <https://kindersport-wissen.de>

### Eltern-Kind-Turnen – Laufalter bis 4 Jahre

Zusammen mit den Eltern erleben die Kinder durch Nachahmen und eigenständiges Probieren die Welt des Kinderturnens. (Beitragsstufe 1)

Tag	Uhrzeit	Halle
Montag	16:00 – 17:00	JCS-A
Montag	16:00 – 17:00	JBS-A
Donnerstag	16:00 – 17:00	SZN
Samstag	10:00 – 11:00	JBS-A

### Kleinkinderturnen – 4 bis 6 Jahre

Erstmals erobern die Kinder **ohne Eltern** die Turnhalle. Neben Laufen, Springen, Fangen, Werfen etc. wird die Basis des Turnens (Balancieren, Klettern, Schwingen,...) auf spielerische Weise vermittelt. (Beitragsstufe 1)

Tag	Uhrzeit	Halle
Montag	17:00 – 18:00	JCS-A
Donnerstag	17:00 – 18:00	SZN
Samstag	11:00 – 12:00	JBS-A

### Geräteturnen für Mädchen - 4 bis 7 Jahre

Hier werden die Mädchen spielerisch an die Geräte Reck, Schwebebalken, Boden und Sprung herangeführt. (Beitragsstufe 1)

**\* Warteliste \*\* Aufnahmestopp**

Tag	Uhrzeit	Halle
Montag (4-5 J.)*	16:15 – 17:15	THS-B
Montag (6-7 J.)**	17:15 – 18:15	THS-B

### Ballsportschule – 4 bis 7 Jahre

Hier werden spielerisch die Grundlagen des Ballsports vermittelt. Dabei wechselt regelmäßig der Schwerpunkt. Freie Plätze bitte unter [vfl-ballsport@gmx.de](mailto:vfl-ballsport@gmx.de) erfragen. (Beitragsst. 1)

Tag	Uhrzeit	Halle
Montag *	17:00 – 18:00	JBS-A

**\* Warteliste**

### Zirkus-Sport – 6 bis 16 Jahre

Die Kinder lieben Artistik, Spiel und Spaß. Hier geht es um die Grundfertigkeiten. Bitte vorher freie Plätze erfragen. (Beitragsstufe 1)

Tag	Uhrzeit	Halle
Freitag (6-13 J.)	15:00 – 16:00	VfL – Saal 2
Freitag (6-16 J.)	16:00 – 17:00	VfL – Saal 2

### Schwimmschule – ab 4 Jahre

Unsere Schwimmschule besteht aus den drei Modulen Wassergewöhnung (Modul 1), Seeperfdchen (Modul 2) und Bronze (Modul 3). Die Module dauern jeweils 6 Monate. Um an den folgenden Modulen teilnehmen zu können, ist die Teilnahme an der Wassergewöhnung zwingend erforderlich. Das Training findet 1 x wöchentlich jeweils 45 Minuten statt. Aktuell gibt es bei allen Modulen Wartelisten. (Beitragsstufe 7)

### Jugendfußball – ab 4 Jahren

Auf spielerische Weise erfolgt hier der Einstieg in den Fußball (inkl. Wettkämpfe). (Beitragsstufe 1)

Kontakt: Sven Lempfert  
[jugendfussball@pinneberger-loewen.de](mailto:jugendfussball@pinneberger-loewen.de)  
Tel: 0152/55909804