

## Wo trainieren wir

### Gerätturnen

#### Pinneberg Süd:

Theodor-Heuss-Schule (THS-A; THS-B)  
Datumer Chaussee 2

Jahnhalle  
Richard-Köhn-Straße 75

#### Pinneberg Mitte:

Rübekamphalle (Rübekamp)  
Rübekamp 13

### Trampolinturnen

#### Thesdorf:

Johannes-Comenius-Schule (JCS)  
Horn 5



### Kontakt



VfL Pinneberg  
Sportzentrum  
Fahltskamp 53, 25421 Pinneberg



04101 55602-0



04101 55602-22



info@vfl-pinneberg.de



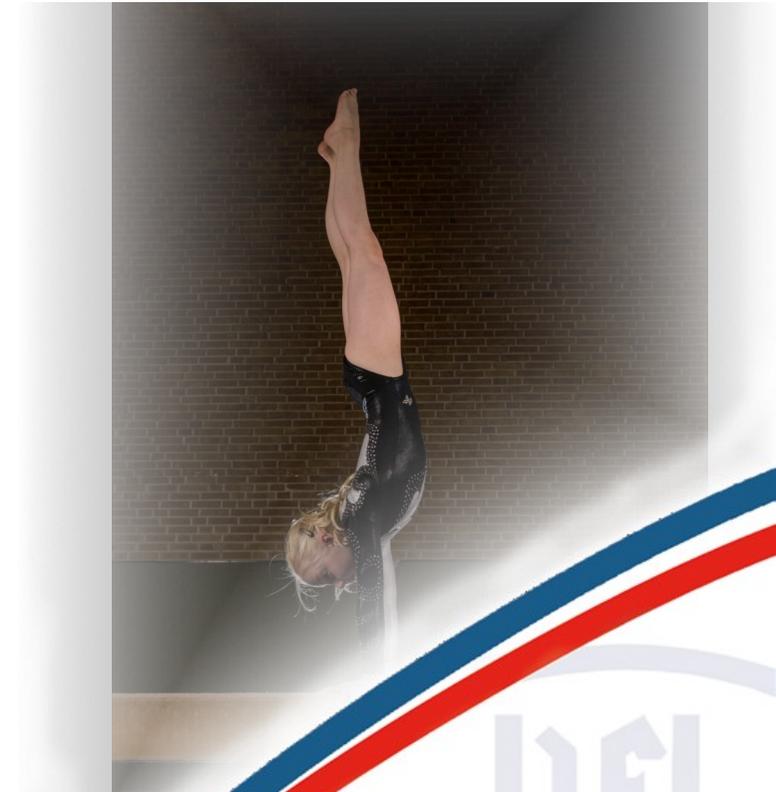
www.vfl-pinneberg.de  
www.facebook.com/vflpi  
www.twitter.com/vflpinneberg



Montag	8.00 — 22.30 Uhr
Dienstag	8.00 — 22.30 Uhr
Mittwoch	8.00 — 22.00 Uhr
Donnerstag	8.00 — 22.30 Uhr
Freitag	8.00 — 22.00 Uhr
Samstag	9.00 — 19.00 Uhr
Sonntag	9.00 — 18.00 Uhr

# LEISTUNGSSPORT

GERÄTTURNEN & TRAMPOLINTURNEN



GERÄTTURNEN  
TRAMPOLINTURNEN

www.vfl-pinneberg.de

## Gerätturnen

Gerätturnen ist eine olympische Individualsportart, bei der an unterschiedliche Geräten Stufenbarren, Reck, Boden, Schwebebalken und dem Sprungtisch nach vorgegebenen Richtlinien geturnt wird. (Technik, Haltung)

## Gerätturnen (Einstiegsgruppe)

In der Einstiegsgruppe werden die Grundlagen für das Gerätturnen erlernt.

Mädchen	Tag	Uhrzeit	Halle
4-5 Jahre Mädchen	Montag	16:00 - 17:00	THS-B
6-7 Jahre Mädchen	Montag	17:00 - 18:00	THS-B
8-12 Jahre Mädchen	Dienstag	15:30 - 17:00	THS-A
12-17 Jahre Mädchen	Dienstag	16:00 - 18:00	Rübekamp

Alle Neueinsteiger bitte Probetraining vereinbaren

## Gerätturnen (Leistungsgruppe)

In der Leistungsgruppe wird 2-4 mal in der Woche trainiert, um sich auf Meisterschaften in unterschiedlichen Disziplinen vorzubereiten.

Mädchen	Tag	Uhrzeit	Halle
5 - 8 Jahre	Montag	15:30 - 18:00	Jahnhalle
	Freitag	15:30 - 18:00	THS-A
9 - 11 Jahre*	Montag	15:30 - 18:00	THS-A
	Dienstag	17:00 - 19:30	THS-A
	Donnerstag	16:00 - 19:00	Jahnhalle
	Freitag	15:30 - 18:00	Jahnhalle
Ab 12 Jahre**	Montag	17:30 - 19:30	THS-A
	Dienstag	17:00 - 19:30	THS-A
	Donnerstag	16:00 - 19:00	Jahnhalle
	Freitag	17:30 - 20:30	Jahnhalle

\* MINIMAL 2 mal in der Woche bis zu 4 mal in der Woche möglich

\*\* MINIMAL 3 mal in der Woche bis zu 4 mal in der Woche möglich

## Gerätturnen (Erwachsene)

Erwachsene	Tag	Uhrzeit	Halle
Erwachsene	Montag	19:30-21:30	THS-A
Erwachsene	Dienstag	19:30-21:30	THS-A

## Trampolinturnen (Leistungsgruppe)

Trampolinturnen ist eine Wettkampfsportart mit unterschiedlichen Disziplinen: Für das Trampolin gibt es Einzel- Synchron- und Mannschaftswettkämpfe, beim Doppel- und Minitrampolin gibt es Einzel und Mannschaftswettkämpfe. Die Wettkämpfe werden regional, national und international bis zu Weltmeisterschaften ausgetragen, seit 2000 ist das Trampolin auch eine olympische Disziplin.

Auch aus unseren Reihen haben sich in den letzten Jahren immer Aktive für die Deutschen Meisterschaften und auch für die Europa- und Weltmeisterschaften qualifiziert.

	Tag	Uhrzeit	Halle
Alle Altersgruppen	Montag	18:00-20:00	JCS-C
Alle Altersgruppen	Mittwoch	18:30-20:30	JCS-C

Alle Neueinsteiger bitte Probetraining vereinbaren