

# **Breitensport im SV Millingen, ein Angebot für (fast) alle Altersklassen**

## **Fitness für Damen**

Dieser Kurs erfreut sich über viele Jahre großer Beliebtheit.

Gymnastik bildet dabei die Grundlage. Außerdem steht die Steppaerobic hoch im Kurs.

Gemeinsame Veranstaltungen und Treffs außerhalb des Sportgeschehens unterstreichen den guten mitmenschlichen Kontakt der „Turndamen“. So wurde im letzten Jahr eine Radtour zum Sarmannshof gemacht, die in Kamp-Lintfort beim Spanier geendet hat. Außerdem haben wir einen netten Abend im Centro verbracht.

Wie immer wurde unser Jahr mit einer Weihnachtsfeier beendet.

Bei uns ist jeder willkommen! Einfach kommen und mitmachen!

**Trainingszeiten:** dienstags von 20.00 Uhr bis 21.00 Uhr  
**Ansprechpartnerinnen:** Brigitte Merz, Tel. 0 28 43/79 97  
Margret Schöps, Tel. 0 28 43/5 08 71

## **Kinderturnen**

Mit viel Temperament und sichtbarem Vergnügen gestalten die Jungs und Mädchen im Alter von 4-6 Jahren ihren Dienstagnachmittag.

Man kann wirklich sagen: Es ist eine liebe, vergnügliche und lustige Truppe, die in der Turnhalle etwas für die Gesundheit tut, wobei jugendlicher Übermut und ausgelassene Spielfreude positiv in freudbetonte, turnerische und spielerische Bewegungen umgesetzt werden.

Besonders beliebt ist bei den Kindern das Turnen an den Großgeräten wie an Kasten, Seilen, Ringen usw. Hierbei müssen die Kinder keine festgelegten Turnaufgaben erfüllen, sondern jedes Kind kann nach seinen eigenen Fähigkeiten die Geräte erklettern und erkunden. Dadurch entwickeln die Kinder Selbstvertrauen und motorische Grunderfahrungen werden gefestigt und gefördert.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist der Umgang untereinander, wodurch das soziale Verhalten gefördert wird und sich positiv entwickelt.

Die kleinen Turnerinnen und Turner haben sehr viel Spaß und kommen gerne zum Turnen.

Zu erwähnen ist noch die Weihnachtsfeier, die das Turnjahr sehr stimmungsvoll ausklingen lässt.

**Trainingszeiten:** dienstags von 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr  
**Ansprechpartnerin:** Silvia Kawski, Tel. 0 28 43/6 04 65

## Mutter (Vater)-Kind-Turnen

Ein fester Bestandteil des Breitensportangebotes des SV Millingen ist das Mutter/Vater-Kind-Turnen. An der hohen Motivation und dem regen Treiben der Kleinen im Alter von 2-4 Jahren kann man erkennen, dass die Übungsleiterin Silvia Kawski immer das richtige Rezept findet und die Kinder mit viel psychologischem Geschick zu neuen Bewegungserfahrungen bringt.

Durch den Umgang der Kinder untereinander wird unter Mithilfe der Eltern und der Übungsleiterin soziales Verhalten entwickelt und gefördert.

Ja, aber der Hit der Kids ist und bleibt das Bobbycar fahren.

**Trainingszeiten:** dienstags von 15.30 Uhr bis 16.30 Uhr  
**Ansprechpartnerin:** Silvia Kawski, Tel. 0 28 43/6 04 65

## Volleyball

Die Volleyballgruppe ist eine tolle Truppe, die mit den Jahren zu Freunden zusammengewachsen ist.

Sie haben im Juli beim Kermes Cup in Möllen (Beachturnier) den 3. Platz belegt und somit, nach einiger Zeit, mal wieder einen Pokal gewonnen.

*„Zu der Volleyballtruppe in Möllen haben wir ein freundschaftliches Verhältnis und so laden wir uns hin und wieder gegenseitig zum Volleyballspielen ein.“*

Bald fährt die Volleyballabteilung wieder zum Sonnensee. Dort wird kräftig Beachvolleyball gespielt.

*„Wir freuen uns jetzt schon auf unsere Jahrestour!“*

Neue Spieler/-innen sind gerne gesehen, allerdings sollten sie schon das eine oder andere Mal Volleyball gespielt haben.

**Trainingszeiten:** freitags von 20.15 Uhr bis 22.30 Uhr  
**Ansprechpartnerin:** Ingrid Heidel, Tel. 0 28 43/6 09 97

## Badminton

Jeden Dienstag trifft sich eine kleine Badmintongruppe in der Turnhalle in Millingen. Der Spaß an der Bewegung steht hier an oberster Stelle.

Leider sind beruflich und verletzungsbedingt zurzeit sehr wenige Spieler in der Halle.

Da diese Gruppe sehr klein ist, würde sie sich freuen, wenn noch ein paar Interessenten sich melden würden. Grundkenntnisse im Badminton sollten aber vorhanden sein.

**Trainingszeiten:** dienstags von 21.00 Uhr bis 22.30 Uhr  
**Ansprechpartnerin:** Ingrid Heidel, Tel. 0 28 43/6 09 97

## ***Nun noch etwas in eigener Sache:***

Wer in einer der Breitensportabteilungen mitmachen möchte, wende sich an die Ansprechpartner. Es sind immer wieder Plätze frei, so dass jeder die Möglichkeit hat mitzumachen.

***Margret Schöps***  
***(Breitensportbeauftragte)***