



DELLBRÜCK BEWEGT - in Schule und Verein -



Liebe Eltern und Kinder,

„Dellbrück Bewegt – in Schule und Verein“.

Wir bieten ein vielfältiges, abwechslungsreiches und qualitatives Sportprogramm neben dem klassischen Schul- und Vereinssport. Es besteht die Möglichkeit, verschiedene und auch nicht alltägliche Sportarten außerhalb der Schule und des Vereinslebens kennenzulernen und auszuprobieren. Dabei gilt für uns die Vermittlung von motorischen Fertigkeiten, die Schulung von Geschicklichkeit in den verschiedenen Sportarten aber auch die Integration der „Werte des Sports“ wie Teamfähigkeit und Fair Play. Die Sportangebote stellen wir nachstehend vor.

2. Schulhalbjahr 22/23

Renate Baur & Anja Hogrefe (Geschäftsführung TV Dellbrück e.V.)	Andreas Willi Heuer (Leitung Ganztags Regenbogenschule)	Sven Nitsch (Leitung Zirkusfabrik)	Marius Dörper (Leitungen Ganztags KGS Dellbrück)	Michael Paatz (1. Vorsitzender & Geschäftsführer pistenkids e.V.)
--	--	---------------------------------------	---	--

ACHTUNG TVD Angebot! ABGRENZUNG ZU AG-ANGEBOTEN DER GANZTAGSBETRIEBE!

Am ersten Kurstag werden ANMELDUNGEN verteilt! Wenn das Schnuppern gefallen hat, dann beim nächsten Termin Anmeldung mitbringen!

Weitere Informationen:

Turnverein Dellbrück 1895 e.V.	0221/68 20 22 info@tv-dellbrueck.de
Zirkusfabrik:	0221/47 18 92 51 info@diezirkusfabrik.com
pistenkids e.V.	0221/96 25 61 82 kathrin@pistenkids.de

Karate Mo: 15 Termine <i>Start: 06.02.2023</i>	Karate fördert das Gleichgewicht sowie die Körperbeherrschung. Karate für Kinder bietet eine hervorragende Möglichkeit, den ganzen Körper zu trainieren. Im Gegensatz zu vielen anderen Sportarten benötigen Kinder sowohl eine Menge Ausdauer als auch Kraft in den Armen, den Beinen sowie dem Rumpf. Trainer: Bruno (Gymnastikhalle des Turnverein Dellbrück Raum 2+3)	Mo 17:00-18:30 Uhr 2.-4. Schuljahr	NMG: 60,- € MG TVD: zzgl. 6,-€ p.Q.
Judo Mo: 15 Termine <i>Start: 06.02.2022</i>	Judo heißt der sanfte Weg und ist ein relativ friedfertiger Kampfsport, daher für Kinder gut geeignet. Judo hat eine Reihe von positiven Begleiteffekte, die Kinder in der Persönlichkeitsentwicklung, Schule etc. fördern können. Trainer/in: Yvonne Kulartz und Vincent Bach (Halle Dellbrücker Mauspfad Gesamtschule)	Mo 17:00-19.00 Uhr 1.-2. Schuljahr	NMG: 60,- € MG TVD: zzgl. 12,-€ p.Q.
Goshin Jitsu Di 15 Termine <i>Start: 07.02.2023</i>	護, go - Verteidigung, Schutz 身 shin – Körper 術 Jitsu (Jutsu) - Technik, Griff, Kunst, List Goshin-Jitsu ist eine moderne Form des Ju-Jitsu und wird auf Grundlagen der modernen Budoarten wie Aikido, Judo, Karate/Taekwondo usw. betrieben. Förderung der Konzentrationsfähigkeit, Konfliktbewältigung, Koordination und Aufbau des Selbstvertrauens. Trainer: Melissa und Niko (Halle Dellbrücker Mauspfad Gesamtschule)	Di. 17:30-19:30 Uhr 1.-4. Schuljahr	NMG: 60,- € MG TVD: zzgl. 6,-€ p.Q.

<p>Präventionskurse "Abenteuer Bewegung" Di: jeweils 8 Termine 1. Kurs Start: 07.02.2023 Ende: 28.03.2023 2. Kurs Start: 18.04.2023 Ende: 20.06.2023</p>	<p>Präventionskurs Abenteuer Bewegung – das präventive Herz-Kreislauf-Training: Wir machen euch fit – mit Spaß an der Bewegung. Wir trainieren spielerisch das Herz-Kreislauf-System, kurbeln euren Stoffwechsel an und verbessern die Balance und Koordination. Außerdem bauen wir in unsere Übungen tolle Sportgeräte wie Waveboards, Slacklines und Pedalos ein. Maximal 16 Teilnehmer. 8 Termine + 1 Nachholtermin. Halle Regenbogenschule Dellbrück.</p> <p>Kontakt: Kathrin Battran, kathrin@pistenkids.de, 0221-962-561-82. Flyer und Anmeldung: www.pistenkids.de Anmeldung direkt bei den pistenkids! Kursgebühr wird von den Krankenkassen bezuschusst!</p>	<p>Di 16:30-18.00 Uhr 1.-4. Schuljahr</p>	<p>Kursgebühr: 99,- € Zuschussfähig</p>
<p>Gerätturnen Mi 14 Termine Start: 08.02.2023</p>	<p>Für Mädchen und Jungen! Hier werden nach einem "warm up" die Kinder mit Basisübungen aus dem Gerätturnen wie z. B. eine Rolle vorwärts und rückwärts, Kopfstand. Weiterhin werden die Kinder mit unterschiedlichsten Geräten (Barren, Reck, Ringe etc) vertraut gemacht und lernen dort ihre ersten kleinen Übungen. Trainerinnen: Marlene Kathol und Svenja Burghof (Halle GGS, Dellbrücker Hauptstr.)</p>	<p>Mi 16:15– 17:20 Uhr 3.-4. Schuljahr</p>	<p>NMG: 56,- € MG TVD: Kostenfrei</p>
<p>Eislaufen Di 15 Termine Start: 07.02.2023</p>	<p>Wir bringen Euch eislaufen bei und haben Spaß mit unterschiedlichen Übungen und Spielen. Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Bitte Fahrradhelm und Winterhandschuhe mitbringen (aus Sicherheitsgründen), ggf. eigene Schlittschuhe. Wir freuen uns auf Euch! Treffpunkt Slide Cologne Kunsteisarena in der Zirkusfabrik</p>	<p>Di 16:00– 16:45 Uhr 2.- 4. Schuljahr</p>	<p>Beitrag: 115,- € Zirkusfabrik</p>
<p>Modern Dance Do 15 Termine Start 09.02.2023</p>	<p>Körperspannung, Musikalität, Rhythmusgefühl, Raumwahrnehmung und Körperwahrnehmung stehen im Mittelpunkt. Die Kinder erweitern durch Improvisation ihr Bewegungsrepertoire, lernen sich schöpferisch und künstlerisch mit ihrem Körper auseinanderzusetzen und entwickeln ihre Ideen zu kurzen Bewegungssequenzen. Die Muskulatur und die Haltung werden gestärkt, somit auch das Selbstbewusstsein der Kinder und die Freude daran, sich auszuprobieren. Tanzlehrerin: Franzi Bauer Treffpunkt Gymnastikhalle des Turnverein Dellbrück Raum 1</p>	<p>Do 16-17 Uhr 2.-4. Schuljahr</p>	<p>NMG: 90,- € MG TVD: 19,50 € p.Q.</p>
<p>Mädchen-Fußball Fr 14 Termine Start: 10.02.2023</p>	<p>Wieder am Start: Mädchenfußball in der GGS. Mitzubringen sind außer den Hallensportsachen Begeisterung für Fußball, Neugier und Ehrgeiz. Bei vielen Technik- und Bewegungsspielen steht der Ball im Mittelpunkt. Trainer: Hans Raatz (Halle GGS Dellbrücker Hauptstraße)</p>	<p>Fr 15:00h–16:00 Uhr 1.-4. Schuljahr</p>	<p>NMG: 54,- € MG TVD: Kostenfrei</p>
<p>Judo Fr 15 Termine Start: 10.02.2023</p>	<p>Judo heißt der sanfte Weg und ist ein relativ friedfertiger Kampfsport, daher für Kinder gut geeignet. Judo hat eine Reihe von positiven Begleiteffekte, die Kinder in der Persönlichkeitsentwicklung, Schule etc. fördern können. Trainer/in: Yvonne Kulartz und Vincent Bach (Halle Dellbrücker Mauspfad Gesamtschule)</p>	<p>Fr 17:30-19:30 Uhr 3.-4. Schuljahr</p>	<p>NMG: 60,- € MG TVD: zzgl. 12,-€ p.Q.</p>

Schnuppern erwünscht!!!!!! Es kann auch nach der Startwoche begonnen werden. Der Beitrag für den Kurs wird dann entsprechend reduziert!! Die Kurse enden in der Juniwoche 12.06.-16.06.2023 Die Kurse entfallen an Feiertagen und in den Ferien. Die Einheiten sind entsprechend berechnet. Bei Entfall aus anderen Gründen kann die Einheit drangehängt werden.