

# Klettermaxe und Seiltänzerin

Ein neues Angebot für Mädchen und Jungs  
im Alter von ca. 6 - 12 Jahren

Du balancierst und kletterst gerne? Oder möchtest Du besser Gleichgewicht halten können und sicherer beim Klettern auf Bänken, über Sprossenleitern, am Tau und an der Kletterstange werden? Willst Du dich im Winter optimal aufs Kajakfahren vorbereiten?



**Wir haben da ab Januar genau das Richtige für Dich!**

Bei verschiedenen Gerätekombinationen und Aufgaben trainieren wir spielerisch und mit viel Spaß dein Gleichgewicht, dein Körpergefühl, deine Koordinationsfähigkeit und weil wir uns gegenseitig helfen, auch das Miteinander! Nach einigen Vorübungen wollen wir uns auf eine niedrige

Slack-Line wagen (gespanntes Band, auf dem balanciert wird). Die einzelnen Übungen sind natürlich immer entsprechend mit Matten abgesichert, sodass du sicher bist. Abgerundet wird die Stunde mit Spielen zum Aufwärmen und wenn es Spaß macht, kleinen Entspannungsübungen und verschiedenen Massage-



formen (Pizzamassage, Igelball ...) zum Abschluss.

Na, hast du Lust, dabei zu sein!? Dann lass Deine Eltern das Anmeldeformular ausfüllen und an den Bamberger Faltboot-Club e.V., z.Hd. Karin Neubauer, senden. Rückfragen möglich unter Tel. 09503 502810 oder per e-mail [karin-neubauer@online.de](mailto:karin-neubauer@online.de)

"Klettermaxe und Seiltänzerin" findet immer **montags von 16 - 17 Uhr** in der Sporthalle der Luitpoldschule, Bamberg, Memmelsdorfer Straße, statt. Zunächst soll das Eingebot 10 mal stattfinden, wir starten nach den Weihnachtsferien am 11.01.2010, der Kurs endet mit Beginn der Osterferien.

Kostenlos mitmachen können alle Kinder im Alter von ca. 6 - 12 Jahren, die Mitglied im BFC sind. Nichtmitglieder können zu gesonderten Konditionen (Kursbeitrag) nach Rücksprache teilnehmen. In jedem Fall ist das schriftliche Einverständnis der Eltern notwendig.

Wer leitet "Klettermaxe und Seiltänzerin"?

Karin Neubauer, Übungsleiterin Jugend (Trainer C); Ich habe langjährige Erfahrung im Kinderturnbereich, bin beim BFC aktiv als Redakteurin des Bamberger PaddelBlatts und Betreuerin der Slalommannschaft. Ich habe zwei Kinder (10 und 5 Jahre), mein Ehemann Thomas ist Referent für Wildwasser im BFC.

Unterstützt werde ich bei den Übungsstunden jeweils von einer Mama/einem Papa, damit der Auf- und Abbau schnell geschieht und zusätzliche Hilfestellung und Aufsicht möglich ist.

Warum dieses neue Angebot?

BFC-Kinder sollen auch im Winter ein entsprechendes Angebot haben, das grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten, die zum Bootfahren - aber auch im Alltag - notwendig sind, vermittelt und trainiert. Besonderen Wert will ich auf Körpergefühl, Gleichgewicht und Geschicklichkeit legen. Der Spaß wird aber keinesfalls zu kurz kommen!

Ich hoffe auf rege Beteiligung, bitte Rückmeldung bei Interesse, auch wenn der Termin nicht passt!

Ich freue mich auf Euch!

Karin

Anmeldung

# "Klettermaxe und Seiltänzerin"

Hiermit melde ich meine/n Tochter/Sohn

Vor-/Zuname

geb.

Straße/Nr.

in PLZ/Ort

Tel.

email

zum Koordinationstraining "Klettermaxe und Seiltänzerin" an.  
Der Kurs findet zunächst 10 x 60 Minuten statt, immer  
montags von 16.00 - 17.00 Uhr in der Sporthalle der  
Luitpoldschule, Bamberg, Memmelsdorfer Straße (außer in  
den Schulferien).

Mein/e Sohn/Tochter ist Mitglied beim Bamberger  
Faltboot-Club e.V.

ja            nein

Ort/Datum

Unterschrift

# BAMBERGER FALTBOOT-CLUB E.V.

IM DEUTSCHEN KANU-VERBAND · MITGLIED DES BKV UND BLSV  
Weidendamm 150 · 96047 Bamberg



## Klettermaxe und Seiltänzerin

ein neues Angebot für Kinder  
von ca. 6 - 12 Jahren

