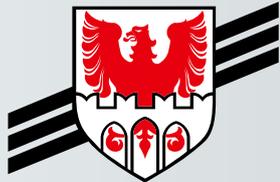


**Projekt  
Sportstadt Meran**

*Sport  
für alle*



**SPORTCLUB  
MERAN**





Der Sportclub Meran hat,  
in Zusammenarbeit mit seinen Sektionen,  
das Projekt

## „Sportstadt Meran - Sport für Alle“

ins Leben gerufen, um einer möglichst breiten Gesellschaftsschicht die Ausübung einer oder mehrerer Sportarten zu ermöglichen. Denn Sportvereine haben in der heutigen Zeit nicht nur die Aufgaben den Leistungsbereich abzudecken, sondern auch Initiativen und Angebote für den Breitensport zu schaffen. Die Zielgruppe ist dabei sehr weitreichend und geht vom Kindesalter bis ins Seniorenalter. Dass Sport nicht nur einen gesundheitlichen Aspekt verfolgt, sondern auch eine kulturelle, soziale und pädagogische Aufgabe erfüllt ist weitreichend bekannt. Auf den folgenden Seiten finden Sportinteressierte die neuen Sportangebote des Sportclub Meran, unterteilt nach Zielgruppe und inklusive einer kurzen Kursbeschreibung. Hat ein Kurs Dein Interesse geweckt? Kontaktiere die Ansprechperson und sichere Dir deinen Kursplatz.

Der Sportclub Meran  
wünscht einen sportlichen Start in den Herbst.

# Kinder

2 bis 12

<b>Wassersport für übergewichtige Kids</b> Sektion Schwimmen	Das Wasser ist das ideale Element, übergewichtigen Kindern eine gesunde und schonende Bewegungserziehung zu ermöglichen. Spielerisch können sie in der Gruppe Spaß und Freude an der Bewegung im Wasser erleben.	11 bzw. 22 Treffen (50 Minuten), ab 1. Oktober	Meranarena	Bis 12 Kinder	Gebhard Unterrainer 0473 233682
<b>Kinder in Bewegung</b> KiB	Ganzheitliches Bewegungsangebot für Kinder um ihnen einen spielerischen Zugang zur Bewegung und Sport mit vielseitigen Bewegungserfahrungen zu ermöglichen.	11 Treffen (60 Minuten), ab 4. Oktober	Albert Schweitzer Turnhalle	Bis 20 Kinder	Evi Kerschbaumer 328 0597492
<b>Kinder in Bewegung Plus</b> KiB+	Ganzheitliches Bewegungsangebot für Kinder um ihnen einen spielerischen Zugang zur Bewegung und Sport mit vielseitigen Bewegungserfahrungen zu ermöglichen. Zudem lernen sie einige Sportarten und ihre Grundelemente näher kennen.	29 Treffen (60 Minuten), ab 4. Oktober	Albert Schweitzer Turnhalle	Bis 20 Kinder	Heidy Stuppner 335 5923888
<b>Koordinationsstärker Tischtennis</b> Sektion Tischtennis	Betreuer Tischtenniskurs mit dem Hauptziel, die individuelle Koordination, Reaktionsschnelligkeit, Kondition und Technik zu verbessern.	8 Treffen (60 Minuten), ab 17. Januar	Wenter Turnhalle (Halle 1)	Bis 6 Kinder	Hans Karl Pichler 349 2139518



<p><b>Eltern-Kind-Turnen</b> Sektion Turnen Mädchen</p>	<p>Bewegung, Spiel und Spaß, Turnstunden mit Parcours aus diversen Stationen (Inhalte wie Springen, Rutschen, Klettern stehen auf dem Programm), Zielgruppe sind Kinder zwischen 2 und 3 Jahren.</p>	<p>10 Treffen (60 Minuten), ab Oktober</p>	<p>Spiegelsaal, Rennweg 115</p>	<p>Bis 10 Kinder mit Begleitperson</p>	<p>Elisabeth Ladurner 339 4191010</p>
<p><b>Vorschulalterturnen</b> Sektion Turnen Mädchen</p> 	<p>Turnkurs für Kinder zwischen 4 und 5 Jahren (gemischte Gruppen) mit kleinen Hilfsgeräten (Kreise, Bälle, Hürden etc.), Schnelligkeits- und Geschicklichkeitsübungen zur Verbesserung der Koordination und Motorik.</p>	<p>Von Oktober bis Mai</p>	<p>Verschiedene Turnhallen</p>	<p>20-25 Kinder</p>	<p>Elisabeth Ladurner 339 4191010</p>
<p><b>Turnen für Kinder und Jugendliche</b> Sektion Turnen Mädchen</p>	<p>Turnkurs ohne Wettkampfcharakter für Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 20 Jahren, Übungen an diversen Geräten in Gruppen Gleichaltriger.</p>	<p>(90 Minuten), von Oktober bis Mai</p>	<p>Verschiedene Turnhallen</p>	<p>20-25 Kinder</p>	<p>Elisabeth Ladurner 339 4191010</p>
<p><b>Mini Gym</b> Sektion Yoseikan Budo</p>	<p>Bewegungsspiele für Kinder und Eltern.</p>	<p>(60 Minuten), ab Oktober</p>	<p>Trainingshalle Yoseikan Budo (Postgranzstr.)</p>	<p>10-15 Kinder mit Eltern</p>	<p>Christoph Hueber 339 7994396</p>
<p><b>Hovergames</b> Sektion Yoseikan Budo</p>	<p>Gleichgewichtsübungen auf dem Hoverboard und am Boden sowie mit verschiedenen Hilfsmitteln (z.B. Pfeil und Bogen).</p>	<p>(60 Minuten), ab Oktober</p>	<p>Trainingshalle Yoseikan Budo (Postgranzstr.)</p> 	<p>10-15 Personen</p>	<p>Christoph Hueber 339 7994396</p>

# Jugendliche

12 bis 18



## Fitness- und Haltungsturnen

Sektion Kanu

Kurs der auf die Verbesserung der Kraft, Koordination, Körperhaltung und Kondition abzielt.

Dienstag & Donnerstag (20.15-21.30), ab Oktober

Wenter Turnhalle (Halle 2)

15-20 Personen

Stefan Senoner  
320 1178799



## Koordinationsstärker Tischtennis

Sektion Tischtennis

Betreuer Tischtenniskurs mit dem Hauptziel, die individuelle Koordination, Reaktionsschnelligkeit, Kondition und Technik zu verbessern.

8 Treffen (60 Minuten), ab 17. Januar

Wenter Turnhalle (Halle 1)

Bis 6 Personen

Hans Karl Pichler  
349 2139518

## Turnen für Kinder und Jugendliche

Sektion Turnen Mädchen

Turnkurs ohne Wettkampfcharakter für Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 20 Jahren, Übungen an diversen Geräten in Gruppen Gleichaltriger.

(90 Minuten), von Oktober bis Mai

Verschiedene Turnhallen

20-25 Kinder

Elisabeth Ladurner  
339 4191010



## Hovergames

Sektion Yoseikan Budo

Gleichgewichtsübungen auf dem Hoverboard und am Boden sowie mit verschiedenen Hilfsmitteln (z.B. Pfeil und Bogen).

(60 Minuten), ab Oktober

Trainingshalle Yoseikan Budo (Postgranzstr.)

10-15 Personen

Christoph Hueber  
339 7994396



# Erwachsene



<b>Badminton am Feierabend</b> Sektion Badminton	Badmintonkurs kombiniert mit allgemeinem Fitness- und Koordinationstraining.	10 Treffen (90 Min.) Dienstag 19.30-21.00, ab Mitte/Ende Oktober	Wenter Turnhalle (Halle 1)	Bis 20 Personen	Heidenberger Alexander 335 6899330
<b>Fitness- und Haltungsturnen</b> Sektion Kanu	Kurs der auf die Verbesserung der Kraft, Koordination, Körperhaltung und Kondition abzielt.	Dienstag & Donnerstag (20.15-21.30), ab Oktober	Wenter Turnhalle (Halle 2)	15-20 Personen	Stefan Senoner 320 1178799
<b>Koordinationsstärker Tischtennis</b> Sektion Tischtennis	Betreuter Tischtenniskurs mit dem Hauptziel, die individuelle Koordination, Reaktionsschnelligkeit, Kondition und Technik zu verbessern.	8 Treffen (60 Minuten), ab 17. Januar	Wenter Turnhalle (Halle 1)	Bis 6 Personen	Hans Karl Pichler 349 2139518
<b>Frauenturnen (18-45)</b> Sektion Turnen Mädchen	Erlernung der Basisübungen, Kraft- und Beweglichkeitstraining, leichte Übungen an den Geräten, Hauptaugenmerk liegt somit auf der Kräftigung des gesamten Körpers.	(2 x 60 Minuten), ab Oktober	Landesberufsschule Luis Zuegg	15-20 Personen	Elisabeth Ladurner 339 4191010
<b>Frauenturnen (45-65)</b> Sektion Turnen Mädchen	Nach dem Motto „wer rastet der rostet“ - Training zur Steigerung der Beweglichkeit im Alter, Turnen in netter Gesellschaft.	(60 Minuten), ab Oktober	 Spiegelsaal, Rennweg 115	Bis 10 Personen	Elisabeth Ladurner 339 4191010
<b>Hovergames</b> Sektion Yoseikan Budo	Gleichgewichtsübungen auf dem Hoverboard und am Boden sowie mit verschiedenen Hilfsmitteln (z.B. Pfeil und Bogen).	(60 Minuten), ab Oktober	Trainingshalle Yoseikan Budo (Postgranzstr.)	10-15 Personen	Christoph Hueber 339 7994396
<b>Aikido Mochizuki</b> Sektion Yoseikan Budo	Sanfte Kampfkunst für Interessierte > 40, Gleichgewichtsübungen, Atemtechnik, Rollen und Erlernen von Hebeltechniken.	(2 x wöchentlich), ab Oktober	Trainingshalle Yoseikan Budo (Postgranzstr.)	10-15 Personen	Christoph Hueber 339 7994396



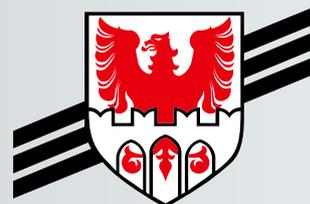


# Senioren

60+

<p><b>Silberschwimmen</b> Sektion Schwimmen</p>	<p>Schwimmspaß, Lebenslust, Fitness für Körper und Geist sind die Ziele dieses Kurses. Dabei werden sowohl das Herz, die Muskulatur und die Gelenke schonend gefördert.</p>	<p>11 bzw. 22 Treffen (50 Minuten), ab 1. Oktober</p>	<p>Meranarena</p>	<p>Bis 12 Personen</p>	<p>Gebhard Unter-rainer 0473 233682</p>
<p><b>Hovergames</b> Sektion Yoseikan Budo</p>	<p>Gleichgewichtsübungen auf dem Hoverboard und am Boden sowie mit verschiedenen Hilfsmitteln (z.B. Pfeil und Bogen).</p>	<p>(60 Minuten), ab Oktober</p>	<p>Trainingshalle Yoseikan Budo (Postgranzstr.)</p>	<p>10-15 Personen</p>	<p>Christoph Hueber 339 7994396</p>
<p><b>Aikido Mochizuki</b> Sektion Yoseikan Budo</p>	<p>Sanfte Kampfkunst für Interessierte &gt; 40, Gleichgewichtsübungen, Atemtechnik, Rollen und Erlernen von Hebeltechniken.</p>	<p>(2 x wöchentlich), ab Oktober</p>	<p>Trainingshalle Yoseikan Budo (Postgranzstr.)</p>	<p>10-15 Personen</p>	<p>Christoph Hueber 339 7994396</p>





SPORTCLUB  
**MERAN**

Rennweg 115  
39012 Meran  
Tel. 0473 232 126  
info@sportclub-meran.it  
www.sportclub-meran.it