

TV Stoppenberg bietet Schnuppertag

Rope Skipping



Die Turnabteilung des TV Stoppenberg bietet am

**Samstag, den 18. Juni 2016 in der Zeit von 10:00 – 13.00 Uhr
in der Turnhalle Tuttmanschule, Twentmannstr. 2, 45141 Essen**

einen Schnupperkurs „Rope Skipping“ an.

Rope Skipping ist eine moderne Art des Seilspringens, das sich in den letzten Jahren zu einer Trendsportart in Deutschland entwickelt hat. Rope Skipping fördert und schult Ausdauer, Geschicklichkeit, Koordination von Händen und Füßen sowie das Gleichgewicht. Es ist somit eines der effizientesten Konditionstrainings überhaupt. Die Übungen werden durch moderne Musik unterstützt.

Unter fachkundiger Anleitung einer Trainerin vom Rheinischen Turnerbund aus Wuppertal können interessierte **Jungen und Mädchen im Alter von 8 – 12 Jahren** diese Sportart einmal ausprobieren und kennenlernen.

Der Kurs ist für alle Teilnehmer/innen kostenlos. Alle Materialien wie z.B.. die speziellen Seile werden gestellt.

Habt ihr Lust bekommen?

Dann nutzt den Anmeldebogen auf Seite 2 und gebt ihn möglichst schnell, **spätestens bis zum 10.06.2016**, bei euren Übungsleitern ab! Nicht zu lange zögern – die **Plätze sind begrenzt!**

Habt ihr weitere Fragen? Dann spricht uns an:

Heribert Bürvenich: 02 01/ 32 61 54

Heinz-Werner Birkelbach: 0201/ 32 98 59



Verbindliche Anmeldung

Ich nehme am Schnupperangebot „Rope Skipping“ teil.

Name:		Alter:	
Adresse:			
Telefon:			
e-mail:			

Unterschrift des/der

Erziehungsberechtigten: _____ Datum: _____