



# BEWEGUNG

# SPORT



*Bewegungs- und Sportangebote  
für Vorschul- und Kleinkinder  
in der Otto-Dix-Stadt Gera*

# SPIEL



# SPASS



## Bewegungs- und Sportangebote für Vorschul- und Kleinkinder 2011 - 2012

Vorschulangebote	Alter	Sportverein	Ansprechperson	Stadtteil	Sportstätte	Straße	Übungszeit
Badminton	ab 5 Jahre	OTG 1902 e.V.	Sabrina Bauch 0365 / 22104	Gera – Ostviertel	TH Osterlandgymnasium	Dehmelstraße	Montag 16.30-18.00 Uhr
					TH Liebe-Gymnasium	Trebnitzer Straße	Freitag 16.15-18.00 Uhr
Bewegungs- und Spielangebot	ab 5 Jahre	OTG 1902 e.V.	Rita Quanz 0365-22104	Gera – Ostviertel	Ostvorstädtische Turnhalle	Bauvereinstraße 49	Dienstag 17.00– 18.30 Uhr
Bewegungs- und Spielangebote (nur für Mädchen)	3-4 Jahre	Turnverein Gera e.V.	Elke Lämmchen 0172 - 3510723	Untermhaus	Gymnastikraum Grundschule „Otto Dix“	Gutenbergstr. 01	Dienstag 16.30 – 17.30 Uhr
	5-6 Jahre		Elke Klemmert 0162 - 2579960	Untermhaus	Sheddachhalle Turnsportzentrum	Neue Straße	Dienstag 16.30 – 17.45 Uhr
Bewegungs- und Spielangebot	ab 4 Jahre	TSV 1880 Gera-Zwötzen e.V.	Dagmar Böer 0365 / 413630	Bieblach-Ost	TH Förderzentrum III „Am Brahmatal“	Leuchtenburgstraße 06	Dienstag 15.15 – 16.15 Uhr
Bewegungs-Spiel-Spaß	4-6 Jahre ab 7 Jahre		Denise Kausler	Heinrichsgrün	Sporthalle Sportkomplex „Vollersdorfer Straße“	Vollersdorfer Straße 32	Dienstag 17.00 – 18.00 Uhr Dienstag 18.00-19.00 Uhr
Bewegungsangebot Laufen und Spielen	4-6 Jahre	1. Sportverein Gera e.V.	Frau Haferkorn 0365 / 8326232	Gera – Mitte	TH „Bergschule“	Ziegelberg 19	Montag 16.00 – 17.30 Uhr

<b>Bewegungsangebot Laufen und Spielen</b>	4-6 Jahre	<b>1. Sportverein Gera e.V.</b>	Herr Wostal 0365/8326232	Gera – Mitte	TH „Bergschule“	Ziegelberg 19	Freitag 16.00 – 17.00 Uhr
			Fr. Turba, Schröder 0365 / 8326232	Gera - Lusan	TH Grundschule „Wilhelm Busch“	Saalfelder Straße 24	Dienstag 15.30 – 16.30 Uhr
			Frau Manjate Frau Schröder 0365 / 8326232				Freitag 15.45 – 16.45 Uhr
<b>Fußball</b>	ab 5 Jahre	<b>OTG 1902 e.V.</b>	Reimund Bauermann 0365 / 22104	Gera – Ostviertel	Sportplatz und Turnhalle „Ossel“	Bauvereinstraße 49	Trainingszeiten nach vorheriger Absprache
<b>Fußball - Bambini</b>	ab 5 Jahre	<b>BSG Wismut Gera e.V.</b>	Christian Pahs 0174 - 8084984	Gera – Mitte Debschwitz	Stadion "Am Steg"	Elsterdamm 41	Mittwoch und Freitag 16.30 - 18.00 Uhr
<b>Fußball - Bambini</b>	ab 4 Jahre	<b>Lusaner Sport Club 1980 e.V.</b>	Herr Seidel 0365 / 33176	Lusan	Sommer Sportplatz “Brüte”im Winter in der Halle	Karl-Matthes-Straße	Montag und Freitag 16.00 – 17.30 Uhr
<b>Fußball- Bambini</b>	ab 4 Jahre	<b>1. FC Gera 03</b>	Frau Schmidt 0365 / 7108822	Heinrichsgrün	Sportplatz „Heinrichsgrün „(Kunstrasenplatz)	Tschaikowskistraße 37a	Mittwoch und Freitag ab 16.30 Uhr
<b>Fußball</b>	ab 4 Jahre	<b>SG Westvororte – Eurotrink Kickers FCL Gera e.V.</b>	Michael Dietl 0160-8534943	Scheubengrobsdorf	Sportplatz Westvororte	Am Weidicht 3	Montag 16.00 – 17.00 Uhr
<b>Fußball - Bambini</b>	ab 5 Jahre	<b>VfL 1990 Gera e.V.</b>	Hendrik Pandorf 0174-1450620	Debschwitz	Sportplatz „Am Fuchsberg“	Ebertstraße	Freitag 16.30 – 17.30 Uhr
<b>Inlineskating Spielerisch Erlernen</b>	ab 4 Jahre	<b>RSV „Blau Weiß Gera“ e.V.</b>	Sportbüro 0365 / 8321409	Gera – Mitte / Debschwitz	Rollschnelllaufbahn Einfahrt Baumarkt-B92	Elsterdamm 39	Mittwoch und Freitag 17.00 – 18.30 Uhr
<b>Spielen lernen auf Rollen</b>	ab 3 Jahre	<b>Rollsportclub Gera e.V.</b>	Robert Kötter 0172 – 3435110	Untermhaus- Stadtmitte	Rollhockeystadion ab April 2012	Neue Straße 23	Dienstag+Donnerstag 17.00 – 19.00 Uhr
<b>Judo</b>	ab 4 Jahre	<b>Freizeitsportverein “VITAL” e.V.</b>	Frank Schneider 0365 / 21372	Gera-Mitte	Trainingsräume FSV „Vital“ e.V.	Laasener Str. 6	Dienstag + Donnerstag 15.00–16.30 Uhr
<b>Karate</b>	ab 5 Jahre	<b>VfL 1990 Gera e.V.</b>	Thomas Knauer 0171 - 7667205	Debschwitz	TH GS „Hans Christian Andersen“	Fröbelstr.2a	Montag 17.30 – 18.30 Uhr
<b>Karate für Jungen und Mädchen</b>	3-6 Jahre	<b>Musashi Gera e.V.</b>	Doreen Dahm 03643 / 852275	Wintergarten	TH GS “Neuland-Waldschule”	Plauensche Str. 165	Dienstag 16.30-17.15 Donnerst.17.00–17.45 Uhr
<b>Lernen sich zu verteidigen „Ju Jutsu“</b>	ab 6 Jahre	<b>Geraer Ju Jutsu Verein e.V.</b>		Debschwitz	Gewerbliche Berufsschule Halle 2	Eiselstraße 44	Montag 16.45 – 18.45 Uhr
<b>Mini-Budo</b>	ab 5 Jahre	<b>Zentrum für Kampfkünste Gera e.V.</b>	0171 – 4 440015	Gera-Stadtmitte	TH „Goethe Gymnasium“	Johannisplatz 6	Dienstag 17.00-18.00
<b>Sport im Wasser (für Kinder die schon schwimmen können)</b>	ab 6 Jahre	<b>VfL 1990 Gera e.V.</b>	Frau Leupold 0365 / 35122	Untermhaus / Gera - Mitte	Hofwiesenbad	Hofwiesenpark 02	Montag 17.00 – 18.00 Uhr
<b>Kinderschwimmen (für Kinder die schon schwimmen können)</b>	ab 5 Jahre	<b>Schwimmverein Gera e.V.</b>	Jana Kiefner 0365 / 23366 (12.00 – 14.00 Uhr)	Untermhaus / Gera-Mitte	Hofwiesenbad	Hofwiesenpark 02	Mo., Di., Do., Fr. ab 17.00 – 18.00 Uhr
<b>Weiterführung Schwimmunterricht</b>	ab 5 Jahre			Untermhaus / Gera-Mitte	Hofwiesenbad	Hofwiesenpark 02	Montag und Mittwoch ab 16.00 Uhr Dienst. + Donnerstag ab 17.00 Uhr

<b>Schwimmkurs</b>	ab 4 Jahre	<b>TSV 1880 Gera Zwötzen e.V.</b>	Jana Oertel 0170 – 3123926 (bitte vorher anmelden)	Untermhaus / Gera - Mitte	Hofwiesenbad	Hofwiesenpark 02	Freitag 15.00 – 16.00 Uhr
<b>Wasserspringen</b> (Seepferdchen Voraussetzung)	ab 5 Jahre						Montag-Donnerstag 15.00 - 17.00 Uhr
<b>Tanzen</b>	ab 6 Jahre	<b>Modern Dance Club Gera e.V.</b>	Ralf Friedel 0365 / 5520566	Stadtmitte	Kultur- und Kongresszentrum Gera	Schlossstraße 01	Dienstag 17.00-18.30 Donnerst. 16.00-17.30
<b>Tanzen für Mädchen</b>	ab 7 Jahre	<b>Tanzkreis „Brillant“ Gera e.V.</b>	Ingo Ronneberger 0365 / 200790	Gera - Mitte	Tanzschule	Ludwig-Jahn-Straße 01	Montag ab 16.00 Uhr
<b>Tanzen für kleine Paare</b>	ab 5 Jahre	<b>Tanzkreis „Brillant“ Gera e.V.</b>	Ingo Ronneberger 0365 / 200790	Gera - Mitte	Tanzschule	Ludwig-Jahn-Straße 01	Mittwoch 15.30 Uhr
	ab 7 Jahre						Mittwoch 16.30 Uhr
<b>Tanzen für Mädchen</b>	ab 4 Jahre	<b>Tanzkreis „Brillant“ Gera e.V.</b>	Ingo Ronneberger 0365 / 200790	Gera - Mitte	Tanzschule	Ludwig-Jahn-Straße 01	Freitag ab 15.30 Uhr
<b>Tennis - Bambinis</b>	4 bis 8 Jahre	<b>Tennis-Club 90 Gera e.V.</b>	Christopher Siegert 0171 / 7478325	Gera-Heinrichsgrün	Tennisplatz	Sebastian-Bach-Str.	Freitag 16.00 Uhr
<b>Rhythmische Sportgymnastik</b>	ab 4 Jahre	<b>CVJM Gera e.V.</b>	Andrea Auge 0365 / 8310006	Gera-Ostviertel	TH RS „Ostschule“	Karl-Liebknecht- Straße 56	Mo., Mitt., Fr. 16.45 – 18.00 Uhr

Weitere Informationen bei:

**Geraer Sportjugend  
Stadtsportbund Gera e.V.**  
Bauvereinstraße 49 07545 Gera  
Tel. und Fax: 0365/ 83 103 69  
e-mail: [geraersportjugend@web.de](mailto:geraersportjugend@web.de)



# Sport ist eine feine Sache! 10 gute Gründe....

1. In einem gesunden Körper wächst ein gesunder Geist
2. Sport entwickelt Grob- und Feinmotorik
3. Sport stärkt das Herz-/ Kreislaufsystem
4. Sport entwickelt die Koordination und beugt Unfällen vor
5. Sport ist eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung
6. Sport macht Freu(n)de
7. Sport fördert die Persönlichkeitsentwicklung
8. Sport hält fit im Kopf und hilft entspannen
9. Sport ist gesund und stärkt das Immunsystem
10. Sport stärkt das Selbstbewusstsein



## Eine Sportübung, die auch du zu Hause üben kannst

- Seilspringen ist eine Sportart, bei der ein Seil verwendet wird, durch das der Seilspringer möglichst oft hindurch springt.
- Nimm die beiden Seilenden in je eine Hand. Stelle dich mit geschlossenen Beinen auf die Seilmitte und ziehe das Seil straff nach oben. Es darf nur bis zu deiner Taille reichen.
- Trete einen kleinen Schritt nach vorn (die Seilmitte liegt hinter deinen Fersen) und schwinde das Seil von hinten nach vorn über deinen Kopf.
- Wenn das Seil vor deinen Füßen auf den Boden auftrifft, springe mit beiden Beinen darüber.“
- Du kannst auch im schnellen Laufschrift darüber springen.
- Jetzt musst Du das Seil immer weiter schwingen und versuchen mehrere Male hintereinander durch das Seil zu hüpfen.  
Wenn es bei den ersten Versuchen nicht gleich klappt, zeigt Mutti es Dir noch einmal!

### Seilspringen



# Sportveranstaltungen für Kinder in der Stadt Gera 2012

28.01. - 29.02.	18. Geraer Stadtjugendspiele	1. Teil Winter	(verschiedene Sportarten)
14.05. - 15.06.	18. Geraer Stadtjugendspiele	2. Teil Frühjahr	ab Grundschulalter
19.04.	26. Buchenwaldgedenklauf		nur Grundschule
24.04.	Frühjahrs-Crosslauf Geraer Schulen		ab 7 Jahre
10.05.	8. Sportabzeichentag für Kinder und Eltern		ab 7 Jahre
22.06.	5. KITA - Olympiade	Stadion der Freundschaft	Vorschulalter
20.09.	Weltkindertag	im Stadtzentrum	für alle Altersgruppen
23.10. und 25.10.	8. Löwenspiele für Kindergärten		Vorschulalter
01.12.	"Nikolaus trifft Sportkinder"	Kinder aus den Sportvereinen mit Eltern /	Vorschulalter
22.03.	Fortbildung für Übungsleiter und Erzieher aus den Kindergärten "Rückenschule und kleine Füße"		