

# Kinderturnen für zu Hause

Hier findet ihr Turnvideos für Kinder von der KSV Übungsleiterin Kerstin Mai:

#NEUE VIDEOS#

**... schnappt Euch Eure Kinder und los gehts:**

- **für bis ca 4jährige** - Ihr braucht ein (möglichst transparentes) Tuch zum Verstecken

[neu 1](#)

- **für ab ca 3/ 4jährige**

[neu 2](#)

- für bis ca. 4-jährige Kinder

[Kinderturnen 1](#)

- für ab ca. 4-jährige Kinder (diesmal ohne singen, mit Focus auf Bewegung und Koordination)  
WICHTIG: pro Person benötigt man eine Toilettenpapierrolle (mit Blättern)

### [Kinderturnen 2](#)

- für bis ca. 4-jährige Kinder

### [Kinderturnen 3](#)

- für ab ca. 4-jährige Kinder

### [Kinderturnen 4](#)

## #lockdown



Aktuellste Informationen findet ihr hier:

[Bundesregierung](#)

[Land NRW](#)

[LSB NRW](#)

[Essener Sportbund - Coronavirus](#)

[Tagesschau](#)

Bei Fragen zu Corona im Zusammenhang mit Sport beim KSV kontaktiert uns unter [corona\[at\]kettwigersv.de](mailto:corona[at]kettwigersv.de)

**--13.03.2021--**

- Sport im Freien mit bis zu 20 Kindern (bis 14 J.) + zwei Übungsleiter ist wieder erlaubt. Begleitung durch Eltern (Eltern-Kind-Turnen) leider noch nicht möglich. Ihr erfahrt hier, sobald einzelne Angebote wieder stattfinden können

**-- 04.03.2021--**

- Stand heute gibt es noch keine belastbaren Informationen zum Wiedereinstieg in den Sportbetrieb  
- Zusatzbeiträge für das erste Quartal 2021 werden nicht erhoben

**--27.02.2021--**

-Es darf weiterhin kein Vereinssport stattfinden. Auch Vereinssport im Freien ist nicht erlaubt.

--

**-- 17.11.2020 --**

-etwaige Zusatzbeiträge werden auch für das letzte Quartal 2020 nicht eingezogen

-- 28.10.2020 --

-Aufgrund des aktuellen Bund- und Länderbeschlusses ist der gesamte Sportbetrieb ab Montag, 2. November eingestellt.

Dies gilt - vorerst - bis Ende November.

## Verstärkung gesucht



Für folgende bestehende Sportgruppen suchen wir engagierte Übungsleiter

montags 18:00-19:00 Pilates

montags 19:00-20:00 Stepaerobic

mittwochs 19:00 - 20:00 Uhr Aerobic

bei Interesse bitte mail an [benjamin.domin\[at\]kettwigersv.de](mailto:benjamin.domin[at]kettwigersv.de)

Eine entsprechende Ausbildung kann durch den Verein finanziert werden.

## Sport für zuhause



Liebe Sportler,

auch in Zeiten von Kontaktsperre und Versammlungsverbot möchten wir euch dabei unterstützen fit zu bleiben. Dafür hat unsere zweite Vorsitzende Anke Liesenfeld einige Übungen für euch zusammengestellt, die ohne Geräte zuhause absolviert werden können. Ladet euch [hier das komplette Programm](#) mit Anleitung und Fotos runter.

Text und Konzept: Anke Liesenfeld

Fotos: DET - Der Fotograf

 [Sport fuer zuhause.pdf \(4.7 MiB\)](#)

# Sport in Kettwig

**Sport in Kettwig, von „A“ wie Aerobic bis „Z“ wie Zumba, das bietet der Kettwiger Sportverein 70/86 e.V.**

Einer der größten Breitensportvereine in Essen punktet mit Sportarten für jede Altersklasse.

Mit Eltern-Kind-Turnen fängt das Sportangebot an und bietet insbesondere im Kinder- und Jugendbereich eine Angebotspalette, mit der kaum ein anderer Sportverein in Essen aufwarten kann. Auch die Sportangebote für Erwachsene sind ausgesprochen vielfältig und machen einfach Spaß. Mit speziellen Kursen für reifere Jahrgänge trägt der KSV auch zur Gesundheitsvorsorge durch Sport maßgeblich bei. Fit und gesund in jedem Alter, das ist das Ziel des Kettwiger Sportvereins.