

# Kursplan TFF-Sporties-KiSS für die Freitagskurse im Herbst 2020

Std.	Datum	Schwerpunktt Themen	Stundeninhalte**	Kursinfos
1	Freitag <b>18.09.20</b>	<b>Leichtathletik &amp; Bewegungsspiele</b>	Spiele zur Förderung der Laufausdauer mit diversen Kräftigungs-, Dehnungs- und Koordinationsaufgaben	<p><b>Anmeldung:</b> Anmeldungen sind nur möglich, sofern im Kurs noch freie Plätze zur Verfügung stehen. Bitte kontaktieren Sie bei Interesse die Kursleitung.</p> <p><b>Kursort:</b> Lindenbachhalle Stuttgart-Weilimdorf</p> <p><b>Kurszeiten:</b> Freitag, 17:00-18:00 Uhr, 4-5 Jahre</p> <p><b>Kurskosten:</b> 60€ Vereinsmitglieder   75€ Nichtmitglieder</p> <p><b>Kursleitung:</b> Birgit Pfänder (Dipl.-Sportwissenschaftlerin) Thomas Pfänder (Sportlehrer, 1. Staatsexamen)</p> <p><b>Kontakt:</b> Telefon: 07156/7110590 (Trainerteam) Mail: sporties-kiss@tffeuerbach.de</p> <p><b>Abmeldung:</b> Falls Sie Ihr Kind für den darauf folgenden Kurs ab Januar 2021 abmelden möchten, dann senden Sie uns bitte bis spätestens zum 15.12.2020 per Mail eine formlose Kündigung zu.</p>
2	Freitag <b>25.09.20</b>	<b>Leichtathletik &amp; Turnen</b>	Spiele zur Schulung der Lauf- und Kraftausdauer, Geräteparcours zur Förderung der Kraft, Beweglichkeit und Koordination	
3	Freitag <b>02.10.20</b>	<b>Leichtathletik &amp; Turnen</b>	Spiele zur Schulung des Lauf- und Sprungrhythmus, Geräteparcours zur Förderung der Kraft, Beweglichkeit und Koordination	
4	Freitag <b>09.10.20</b>	<b>Leichtathletik &amp; Turnen</b>	Spiele zur Schulung der Laufschnelligkeit, Geräteparcours zur Förderung der Kraft, Beweglichkeit und Koordination	
5	Freitag <b>16.10.20</b>	<b>Leichtathletik &amp; Turnen</b>	Spiele zur Schulung der Reaktiv- und Schnellkraft, Geräteparcours zur Förderung der Kraft, Beweglichkeit und Koordination	
6	Freitag <b>23.10.20</b>	<b>Leichtathletik &amp; Bewegungsspiele</b>	Leichtathletik-Vierkampf (Sprint, Weitsprung, Weitwurf, Hindernislauf), Kleines Teamspiel (Brennball-Variante)	
<b>F*</b>	Freitag <b>30.10.20</b>	<b>Ferientag (Herbstferien)</b>		
7	Freitag <b>06.11.20</b>	<b>Kleine Ballspiele &amp; Turnen</b>	Spiele und Übungen zur Ballgewöhnung, Geräteparcours zur Förderung der Kraft, Beweglichkeit und Koordination	
8	Freitag <b>13.11.20</b>	<b>Fußball &amp; Turnen</b>	Kleine Spiele und Übungen zur Schulung der Koordination mit Ball, Geräteparcours zur Schulung verschiedener Balanciertechniken	
9	Freitag <b>20.11.20</b>	<b>Fußball &amp; Turnen</b>	Kleine Spiele und Übungen zur Schulung der Koordination mit Ball, Geräteparcours zur Schulung verschiedener Sprungtechniken	
10	Freitag <b>27.11.20</b>	<b>Kleine Schlägerspiele &amp; Turnen</b>	Kleine Ballspiele zur Förderung der allgemeinen Spielfähigkeit, Geräteparcours zur Schulung von Vor- und Rückschwungstechniken	
11	Freitag <b>04.12.20</b>	<b>Hockey &amp; Turnen</b>	Spiele und Übungen zur Schlägergewöhnung, Geräteparcours zur Förderung der Kraft, Beweglichkeit und Koordination	
12	Freitag <b>11.12.20</b>	<b>Hockey &amp; Turnen</b>	Kleine Spiele und Übungen zur Schulung der Schläger-Ball-Koordination, Geräteparcours zur Schulung von Aufschwungstechniken	
13	Freitag <b>18.12.20</b>	<b>Turnen &amp; Bewegungsspiele</b>	Kleine Spiele zur Förderung der Teamfähigkeit, Geräteparcours zur Förderung der Kraft, Beweglichkeit und Koordination	
<b>F*</b>	Freitag <b>25.12.20</b>	<b>Feiertag (Weihnachten)</b>		

\*An Ferien- oder Feiertagen (F) finden keine TFF-Sporties-KiSS-Stunden statt.

\*\*Änderungen vorbehalten

© Thomas Pfänder, TF Feuerbach e.V.