

# Rhythmische Sportgymnastik



Rhythmische Sportgymnastik (RSG) ist eine Turnsportart und – laut Antonio Samaranch (ehem. IOC Präsident) – die "weiblichste Sportart der Welt".

Mit den Handgeräten Seil, Reifen, Ball, Keulen und Band zaubern die Mädchen wahre Kunststücke auf die Gymnastikmatte. Die harmonischen Verbindungen zwischen Bewegungen und Tanzelementen charakterisieren diese Sportart. Das Training richtet sich an alle Mädchen, die Spaß an Tanz und Bewegung haben. Geschult werden Kraft, Ausdauer, Geschicklichkeit, Balance, Musikalität, Koordination und Flexibilität.

Gegründet wurde die Abteilung vor über 45 Jahren von Anni Pöhlmann. Kurze Zeit später führte sie zusammen mit der ehem. zweiten Abteilungsleiterin Rita Wutz den für die Abteilung wichtigen Breitensport ein. Im Jahr 1996 konnte dank des Einsatzes von Anni Pöhlmann das Grüne Band an die Abteilung verliehen werden. Dieser Preis steht für die gute Vereinsarbeit, die sich für Nachwuchsförderung und Integration engagiert.

Die Abteilung RSG bietet den Mädchen in vier verschiedenen Stufen sich gezielt auf Wettkämpfe vorzubereiten. Diese Stufen unterscheiden sich nicht nur hinsichtlich Leistungsniveau und Trainingspensum, sondern auch in der Wettkampfform (Einzel, Gruppe, Danceteam, Synchron oder Mannschaft). Die Zuordnung zu den jeweiligen Stufen erfolgt in Rücksprache mit den zuständigen Trainern.

Mehr Informationen als auch grundlegende Dinge finden Sie im [Infoblatt für Eltern](#) (siehe Downloads).

# Schnuppertraining

Mädchen von 5-7 Jahren, die Spaß und Freude an rhythmischen Bewegungen, Ballett, Tanz und Gymnastik haben, sind eingeladen, in die Sportart „reinzuschnuppern“. Im Training werden grundlegende Basics aus verschiedenen Sportarten (RSG / Turnen / Ballett / Akrobatik) geübt und die Kinder spielerisch an die verschiedenen Handgeräte herangeführt. Nachdem die Mädchen die Grundlagen erlernt haben (1 bis 2 Jahre), können sie in Rücksprache mit den Trainern in weiterführende Trainingsgruppen aufgenommen werden.

Neuaufnahmen in der Anfängergruppe sind von September bis November möglich! Zu einem kostenlosen Probetraining ist jeder herzlich eingeladen. Meldet euch einfach bei unserem Abteilungsleiter Robert Bauer. Die Abteilung Rhythmische Sportgymnastik freut sich auf euch!

PS: es gibt auch jüngere / ältere "Starter"; es kommt hierbei auch auf die körperliche Verfassung (Dehnbarkeit, Koordination, etc.) des Kindes und die Motivation an.



```
window.respimage && window.respimage({ elements: [document.images[document.images.length - 1]]
});
```

Weiterführende Links

[Facebook Seite der Abteilung RSG, ASV Cham](#)

[Internetauftritt des BTV Turnen](#)

Kontakt

**Abteilungsleiter**

Robert Bauer

[bauer.robert@outlook.com](mailto:bauer.robert@outlook.com)

**Spartenleiterin, Gym & Breitensport**

Katrin Wagner

[wagner.katrin@gmx.de](mailto:wagner.katrin@gmx.de)

**Spartenleiterin, RSG**

Elena Weis

[w.elena@gmx.net](mailto:w.elena@gmx.net)

## Downloads

- [Einverständniserklärung ASV Cham.pdf \(294,0 KiB\)](#)
- [Infoblatt für Eltern.pdf \(147,1 KiB\)](#)
- [Startpass ID Infoblatt für Eltern allgemein.docx \(14,9 KiB\)](#)