

## Workshop

### Band, Ball, Begeisterung – RSG entdecken und selbst erleben

Die rhythmische Sportgymnastik verbindet Bewegung, Koordination und den Umgang mit verschiedenen Handgeräten. Wir möchten diese vielseitige Sportart in unserem Turngau wieder stärker in den Fokus rücken.

Du möchtest die RSG besser kennenlernen oder einfach selbst mal ausprobieren? Dann bist du bei unserem Workshop genau richtig!

Wann: **Samstag, 19.09.2026 – 9:45 - 12:00 Uhr**

Wo: **Sporthalle Gernsbach - Von-Drais-Straße 1**

Zielgruppe: Eingeladen sind Kinder und Jugendliche, TrainerInnen, ÜbungsleiterInnen, sowie alle Interessierten – ganz egal ob mit oder ohne Vorkenntnisse. Außerdem eignet sich der Workshop auch dafür den Bereich Kinderturnen vielseitiger zu gestalten.

Im Workshop lernen wir die Grundlagen der rhythmischen Sportgymnastik kennen, erhalten erste Einblicke in die Pflichtübungen und probieren die verschiedenen Handgeräte (Ball, Reifen, Band, Seil und Keule) aus.

Anmeldung: über die Turngaugeschäftsstelle (Turngau-Mittelbaden-Murgtal@t-online.de)

Meldeschluss: Samstag, 05.09.2026

Der Workshop ist für alle kostenfrei!

Wir freuen uns sehr auf Euer Kommen!

Nina Eisele und Saskia Huck

Fachwartinnen rhythmische Sportgymnastik



---

Turngaugeschäftsstelle  
Rheinstr. 20  
76549 Hügelsheim  
Tel: 07229/181712

[Turngau-Mittelbaden-Murgtal@t-online.de](mailto:Turngau-Mittelbaden-Murgtal@t-online.de)