



## Angebot für Kinder und Jugendliche

### Turnverein Zürich Affoltern

Sandy Althaus

[jugend@tva-affoltern.ch](mailto:jugend@tva-affoltern.ch)

079 554 42 25

[www.tva-affoltern.ch](http://www.tva-affoltern.ch)

### Mutter-Kind-Turnen (MuKi)

Durch vielseitige, abwechslungsreiche Turnstunden wird die Freude an der Bewegung bei Kindern und Eltern geweckt, gefördert und erhalten. Dabei unterstützen und ermöglichen wir die Gesamtentwicklung, die Selbständigkeit und das Sozialverhalten der Kinder. Wichtigstes Ziel in jeder Lektion ist es, Freude an der Bewegung zu haben.

**wer:** Kinder ab dem 3. Altersjahr mit deren Mütter

**wann:** Montag, 09.00 – 10.00 Uhr

**wo:** Sporthalle Fronwald

**Kontakt:** Daniela Caflisch  
044 311 52 29 / [caflisch@gmail.com](mailto:caflisch@gmail.com)

---

### Vater-Kind-Turnen (VaKi)

VaKi leitet sich aus dem Begriff Vater Kind ab und wird so zum Vater-Kind-Turnen. Ziel ist es, Kindern und deren Vätern eine enge Bindung beim Sport aufzubauen. Das VaKi läuft unter dem Dach des TVA und eigenständig geführt.

VaKi ist für alle Kinder von 2- 6 Jahre mit ihren Vätern. Im Vordergrund steht der Spass. Neben vielem Spielen und Klettern soll es eine angenehme Atmosphäre zwischen Kindern und Vätern schaffen.

Kinder müssen sich bewegen um fit zu bleiben. Die Kinder lernen spielerisch, sich z.B. im Klettern weiter zu entwickeln. Bereits nach dem 5. Mal VaKi-Turnen sind erste Fortschritte zu sehen. Lass dich überzeugen!

**wer:** Kinder ab 2 Jahren mit deren Vätern

**wann:** Samstag, 09.55 – 11.00 Uhr

**wo:** Turnhalle Isengrind

**Kontakt:** Gérard Korda  
079 432 24 61 / [info@vaki.ch](mailto:info@vaki.ch)

---

## Kinderturnen (KiTu)

Das Kinderturnen richtet sich an Kinder, welche im Kindergartenalter sind. Wir versuchen, den Kindern das Turnen schmackhaft zu machen, indem wir grundlegende Dinge an Barren, Reck, Ringe, Kletterstange, Sprossenwand etc. turnen. Natürlich gehören auch werfen und fangen von Bällen, springen, hüpfen dazu. Schlussendlich dürfen auch die Spiele nicht fehlen.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, können Sie gerne mit uns Kontakt aufnehmen.

**wer:** Mädchen, Knaben / Kindergarten

**wann:** Freitag, 17.00 – 18.00 Uhr

**wo:** Turnhalle Isengrind

**Kontakt:** Deniz Efe  
078 680 42 10 / [deniz.efe@gmx.ch](mailto:deniz.efe@gmx.ch)

---

## Mädchenriege (Geräteturnen)

Unter dem Jahr bestreiten wir einige Wettkämpfe und unternehmen auch jährlich eine Jugendreise und einen Samichlausabend.

**wer:** Mädchen ab 1. Klasse

**wo:** Turnhalle Isengrind

**wann:** Freitag, 18.00 – 20.00 Uhr

**Kontakt:** Sandy Althaus  
079 554 42 25 /  
[jugend@tva-affoltern.ch](mailto:jugend@tva-affoltern.ch)

## Mädchenriege (Allround – Spiel & Spass)

Wir sind ein aufgestelltes Leiterteam, das Freude an der Förderung der Jugend hat. Bewegung und Motivation stehen bei uns im Vordergrund!

Von diversen Spielen über Aerobic, Leichtathletik bis zum Geräteturnen machen wir alles. Zudem nehmen wir jedes Jahr am Jugendsporttag teil und veranstalten eine Jugendreise. Wer Spass hat an Bewegung und verschiedene Sportarten kennen lernen möchte, ist bei uns herzlich willkommen!

**wer:** Mädchen von 6 bis 9 Jahre  
**wann:** Donnerstag, 18.00 – 19.00 Uhr

**wer:** Mädchen von 10 bis 15 Jahre  
**wann:** Donnerstag, 19.00 – 20.00 Uhr

**wo:** Turnhalle Hürstholz

**Kontakt:** Stefania Zaffino  
[stefi\\_zaf@hotmail.com](mailto:stefi_zaf@hotmail.com)

---

## Jugendriege

Die Jugendriege richtet sich an Knaben im Alter von 6 bis 16 Jahren. Willkommen sind alle Kinder, die Freude an sportlicher Betätigung haben. Diese beinhaltet neben Polysport, Leichtathletik, Boden- und Geräteturnen viele weitere interessante und abwechslungsreiche Sportarten.

Ziel der Jugendriege ist es, den Kindern Freude am Turnen zu vermitteln, gemeinsam Sport zu treiben, neue Freundschaften zu knüpfen, an Wettkämpfen teilzunehmen, sowie spannende und abwechslungsreiche Anlässe ausserhalb der Turnhalle zu erleben.

Wenn wir Dein Interesse geweckt haben oder falls Du noch Fragen hast, kannst Du gerne mit dem Riegenleiter Kontakt aufnehmen.

**wer:** Knaben von 6 bis 16 Jahre

**wann:** Freitag, 18.15 – 19.45 Uhr

**wo:** Turnhalle Riedenhalde

**Kontakt:** Daniel Rietmann  
079 817 71 66 /  
[d.rietmann@bluewin.ch](mailto:d.rietmann@bluewin.ch)

---

## Frauen

In der Frauenriege turnen Damen im Alter von 55+.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, können Sie gerne mit uns Kontakt aufnehmen.

**wer:** Frauen ab 55 Jahre

**wann:** Dienstag, 18.30 – 19.30 Uhr

**wo:** Turnhalle Hürstholz

**Kontakt:** Doris Weber  
076 708 64 31 /  
[doris.weber@bluewin.ch](mailto:doris.weber@bluewin.ch)

---

## Seniorinnen

Bei den Seniorinnen turnen Damen im Alter von 65+.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, können Sie gerne mit uns Kontakt aufnehmen.

**wer:** Frauen ab 60 Jahre

**wann:** Mittwoch, 18.30 – 19.30 Uhr

**wo:** Turnhalle Hürstholz

**Kontakt:** Inge Kuhn  
044 301 30 91 / [inge@kuhn.ch](mailto:inge@kuhn.ch)

## Männer

Hast du Spass an der Bewegung, Fitness und Gesundheit? Das kannst du als Junggebliebener in bester sozialer Gesellschaft erleben. Wir veranstalten auch diverse Aktivitäten ausserhalb der Turnhalle.

**wer:** Männer ca. 35 - 65 Jahre

**wann:** Donnerstag, 20.00 – 22.00 Uhr

**wo:** Turnhalle Käferholz

**Kontakt:** Kurt Egloff  
044 371 14 64 / [kurtegloff@bluewin.ch](mailto:kurtegloff@bluewin.ch)

---

## Senioren

Wir erhalten unsere Fitness, um die körperlichen und geistigen Herausforderungen des Alltags bis ins hohe Alter zu meistern. Unsere Lektionen gestalten wir nach den vier B's: Bewegen, Begegnen, Begreifen, Behalten. Grossen Wert legen wir auf die Förderung der koordinativen Fähigkeiten.

**wer:** Männer ab 60 Jahre

**wann:** Donnerstag, 19.00 – 20.00 Uhr

**wo:** Turnhalle Käferholz

**Kontakt:** Kurt Egloff  
044 371 14 64 / [kurtegloff@bluewin.ch](mailto:kurtegloff@bluewin.ch)



## Angebot für Erwachsene

**Turnverein Zürich Affoltern**  
Gisela Gottschall, Präsidentin  
Schürliweg 8  
8046 Zürich

[www.tva-affoltern.ch](http://www.tva-affoltern.ch)

**wo:** Turnhalle Hürstholz

**Kontakt:** Claudia Fassbind  
076 468 40 31

### **Damenriege (Team Aerobic)**

In der Aktiven Damenriege sind Frauen jeden Alters willkommen. Wir nehmen jährlich an 2-3 verschiedenen Anlässen teil, wo wir unsere Team Aerobic Aufführungen präsentieren. Das Training ist sehr abwechslungsreich und besteht aus Aerobic, Step-Aerobic, Aerodance, Krafttraining und vielem mehr.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, können Sie mit uns Kontakt aufnehmen.

**wer:** Aktive Frauen

**wann:** Donnerstag, 20.30 – 22.00 Uhr

**wo:** Turnhalle Hürstholz

**Kontakt:** Maya Keller  
[maya.c.keller@gmail.com](mailto:maya.c.keller@gmail.com)

---

### **Damenriege II**

In der Damenriege II turnen Frauen im Alter von 35+. Wir freuen uns auf neue motivierte Turnerinnen.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, können Sie mit uns Kontakt aufnehmen.

**wer:** Frauen 30 – 50 Jahre

**wann:** Mittwoch, 20.00 – 21.30 Uhr

**wo:** Turnhalle Hürstholz

**Kontakt:** Inge Kuhn  
044 301 30 91 / [inge@kuhn.ch](mailto:inge@kuhn.ch)

---

### **Damenriege III**

Wir sind eine lustige, aufgestellte Frauengruppe ab 40 Jahren.

Mit Gymnastik, Fitness, Kraft und Spiele halten wir uns abwechselnd fit.

Komm für eine Probelektion vorbei und mache gleich mit. Auf Dein kommen freuen wir uns.

**wer:** Frauen ab 40 - 50 Jahren

**wann:** Dienstag, 20.00 – 21.30 Uhr