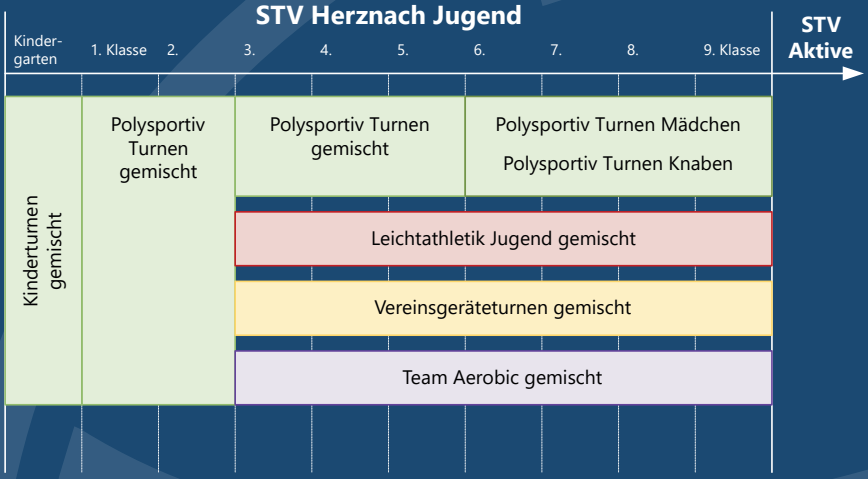
STV Herznach Jugend

Gemeinsam den Grundstein legen!
Bei uns beginnt Sportbegeisterung früh: Im MuKi-Turnen sammeln Kinder mit ihren Eltern erste Bewegungserfahrungen. Im Kinderturnen entdecken sie spielerisch ihre Freude an der Bewegung. Ab der 1. Klasse trainieren Mädchen und Knaben gemeinsam in der Jugendriege – vielseitig, altersgerecht und mit Fokus auf Teamgeist.
Ab der 3. Klasse wird das polysportive Training mit Leichtathletik, Vereinsgeräteturnen oder Team Aerobic ergänzt. Dies ermöglicht einen frühen Einblick ins Training der STV Aktiven, wo sie ab der 9. Klasse als Mitturner:innen ihr volles Potenzial entfalten können.
Fragen oder Interesse an einer Anmeldung? Wir freuen uns auf Dich!



Probetrainings → nach den Sommerferien

Hier anmelden!

Weitere Infos findest du auf unserer Website

07.2026 / stv-herznach.ch

Polysportives Turnen

Das ganze Jahr ist ein bunter Mix aus allen möglichen Sparten, wobei der Fokus im Sommer eher bei der Leichtathletik und im Winter eher beim Geräteturnen liegt. Auch Spiel und Spass kommen in den Trainings nicht zu kurz.

ZIELGRUPPE & TRAINING

KiGa	**Kinderturnen** Donnerstag in Herznach, 16:20 – 17:20 Uhr
1. – 2.	**Klasse Mädchen und Knaben gemischt** Donnerstag in Herznach, 17:30 – 18:30 Uhr
3. – 5.	**Klasse Mädchen und Knaben gemischt** Montag in Herznach, 17:30 – 18:45 Uhr oder Freitag in Herznach, 17:30 – 18:45 Uhr
6. – 9.	**Klasse Mädchen** Montag in Herznach, 18:45 – 20:00 Uhr
6. – 9.	**Klasse Knaben** Freitag in Herznach, 18:45 – 20:00 Uhr

Leichtathletik Jugend

Mit der LA-Jugend-Gruppe bieten wir zusätzlich zum polysportiven Turnen ein spezialisiertes Leichtathletik-Training an und nehmen an verschiedenen Wettkämpfen teil. Das Sommertraining findet jeweils draussen von Mitte März bis zu den Herbstferien statt. Im Winter, von November bis März, trainieren wir in der Halle. Das Wintertraining umfasst eine Mischung aus Kraft- und Technikübungen.

ZIELGRUPPE & TRAINING

3. – 9. Klasse Mädchen und Knaben gemischt

Dienstag in Herznach (Outdoor):
17:45 – 19:00 Uhr
Donnerstag in Herznach (Outdoor):
18:30 – 20:00 Uhr
Herbst-Winter (Indoor):
Dienstag in Herznach/Ueken, 17:30 - 18:45 Uhr

Vereinsgeräteturnen Jugend

Mit der VGT-Jugend-Gruppe bieten wir neben dem polysportiven Turnen ein zusätzliches spezifisches Vereinsgeräteturnen-Training an. Darin legen wir den Fokus auf verschiedene Turngeräte, verbessern die Grundspannung und bestreiten mit einer Gerätekombination aus Schulstufenbarren und Boden Wettkämpfe und/oder Showauftritte.

ZIELGRUPPE & TRAINING

3. – 9. Klasse Mädchen und Knaben gemischt

Klein: Mittwoch in Herznach, 17:45 – 19:00 Uhr
Gross: Mittwoch in Herznach, 18:45 – 20:00 Uhr

Team Aerobic Jugend

Mit der TAe-Jugend-Gruppe bieten wir neben dem polysportiven Turnen ein zusätzliches spezifisches Team Aerobic-Training an. Nebst dem Einüben von Aerobic-Schritten in allen Variationen lernt man bei uns Gleichgewichts-, Beweglichkeits-, Kraft- und Akrobatische Elemente und trainiert die koordinativen Fähigkeiten sowie Ausdauer.

ZIELGRUPPE & TRAINING

3. – 9. **Klasse Mädchen und Knaben gemischt**
Dienstag in Herznach/Ueken, 18:45 – 20:00 Uhr