



RüBe

Das Rücken- und Bewegungsturnen für Mädchen und Jungen

... und das leisten wir zusätzlich für Ihr Kind:

In regelmäßigen Abständen besuchen unsere Ärztinnen und Ärzte des Kinder- und Jugendärztlichen Dienstes die „RüBe-Kinder“, um sie zu untersuchen.

Die Sportlehrkräfte, die den Unterricht abhalten, haben neben ihrer Ausbildung in den Schulsportarten spezielle Zusatzausbildungen. So ist gewährleistet, dass Ihr Kind gut betreut ist und sich rundherum wohl fühlt.

Herausgeber: Stadt Nürnberg, Design: Herbert Kulzer, Stadtgrafik Nürnberg, Fotos: privat, Druck: Wiedemann & Dassow Druck GmbH, Hofackerstr.5, 90571 Schwaig 1.500 / September 2016

Wir kräftigen unsere Muskeln für eine gute Haltung.



Wie melde ich mein Kind an?

- bei der für Ihr Kind zuständigen RüBe-Sportlehrkraft vor Ort *oder*
- telefonisch im Gesundheitsamt bei Herrn Stangl, Tel. 2 31–25 85 *oder*
- per E-Mail ruebe@stadt.nuernberg.de

Eine Übersicht über die Kurse finden Sie auch im Internet unter: www.gesundheit.nuernberg.de

Angestaute Energien und Aggressionen bauen wir über Bewegungsspiele ab.



RüBe

Das Rücken- und Bewegungsturnen in Kindergärten und Grundschulen Nürnbergs

Unser Projekt:

Das Rücken- und Bewegungsturnen (RüBe) gibt es schon seit 1921. Mit den sich verändernden Zeiten hat sich auch unser Profil neu gestaltet.

„RüBe“ ist heute ein professionell ausgearbeitetes pädagogisches und zeitgemäßes Sportförderprogramm. Es stärkt die Gesundheit und das Selbstvertrauen der Kinder und verbessert gleichzeitig deren Leistungsvermögen.

Eine wissenschaftliche Studie hat ergeben, dass Bewegung Kinder schlau macht. Bewegung in der Gruppe ist Abenteuer und Spaß zugleich.

Wir haben Spaß und gewinnen Selbstvertrauen bei akrobatischen Figuren.



Unsere Zielgruppe:

Kinder im Vor- und Grundschulalter, vor allem für:

- Kinder, die ihre Haltung, Koordination oder Kondition mit Spiel und Spaß stärken wollen
- Kinder, die ängstlich oder bewegungsgehemmt sind
- Kinder mit Gewichtsproblemen
- Kinder, die sehr energiegeladene sind und im Unterricht kaum stillsitzen können...

Unsere Geschicklichkeit und unser Gleichgewicht verbessern wir in Bewegungslandschaften.



Wo findet das Rücken- und Bewegungsturnen statt?

Sie finden uns in Kindergärten und Sporthallen der Nürnberger Grundschulen.

Zusätzlich bieten wir Schwimmkurse an.

Die Unterrichtszeit beträgt pro Woche eine Schulstunde (45 Min.). Während der Ferien finden keine RüBe-Stunden statt.

Wir empfehlen eine Teilnahme Ihres Kindes über 1½ Schuljahre.

Hüpfen durch die Reifen macht uns Spaß und fördert den Muskelaufbau und die Ausdauer.



Beiträge

Pro Schulhalbjahr und Kind (mindestens 15 Termine)	30 Euro
ALG II / Sozialgeldempfänger (jeweils gegen Nachweis)	15 Euro
Nürnberg-Pass-Inhaber (gegen Nachweis)	kostenfrei
Nachlass Geschwisterkinder	5 Euro

Schwimmkurs pro Schuljahr 100 Euro

Nürnberg-Pass-Inhaber 50 Euro + 50 Euro BUT-Gutscheine

bitte beachten Sie, dass für diese Kurse die gesetzliche Schul-Unfallversicherung nicht eintritt, sondern gegebenenfalls Ihre private Versicherung.

Mit lustigen Spielen gewöhnen wir uns an das Wasser und lernen Schwimmen.

