

# MUVAKI – Turnen Eschenbach

- Bist du zwischen 3 und 5 Jahre alt?
- Hüpfst du gerne?
- Kannst du schnell rennen?
- Kletterst du wie ein Affe?
- Möchtest du auch mal Mut beweisen?
- Bist du gerne mit andern Kindern zusammen?
- Hast du Lust, zusammen mit deinen Eltern (oder Grosseltern, Götti / Gotti etc.) zu turnen?

Dann gehörst du in unsere MUVAKI-Gruppe!  
(MUVAKI = MU – Mutter, VA – Vater, und KI – Kind.)

**Wann:** September bis Juli  
(Ein-/Ausstieg auch im Februar möglich)  
Gruppe 1: Samstags 8.30 - 9.15Uhr  
Gruppe 2: Samstags 9.20 - 10.05Uhr

**Wo:** Turnhalle Kirchacker  
**Leitung:** Corinne Rüegg / Denise Krieg  
**Kosten:** ca. Fr. 70.00 - 90.00 pro Kind und Semester,  
je nach Anzahl Turnstunden.

**Anmeldung/weitere Infos:** Corinne Rüegg  
Bildstöcklistr.3  
8733 Eschenbach  
Tel. 079 / 249 06 08  
[corinnerueegg@gmx.ch](mailto:corinnerueegg@gmx.ch)



## **Zielsetzung des MUVAKI – Turnens**

### **Die Grundtätigkeiten werden geübt und geschult:**

- kriechen, schlüpfen, gehen, laufen, springen, körperspannen – Gleichgewicht, schwingen, drehen, ziehen, schieben, heben, tragen, steigen, klettern, werfen, fangen...
- Die Selbständigkeit, das Selbstvertrauen und die Selbstsicherheit werden gefördert.
- Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme und sich in eine Gemeinschaft einfügen, können erfahren und gelernt werden.
- Die gefühlsmässige Bindung zwischen Mutter/ Vater und dem Kind kann vertieft werden.
- Durch abwechslungsreiche Turnstunden wird die Freude an der Bewegung geweckt und gefördert.
- Vermittlung von wertvollen Impulsen zur optimalen Gesamtentwicklung.

Gemeinsam Spass haben!

## Das Leitungsteam stellt sich vor:



Ich bin **Corinne Rüegg** (37), verheiratet und han e Tochter und än Sohn.

Bin in Eschenbach dihei und hilfe bi dä Chrabelgruppe mit.

Frühner han ich als Konditor-Confiseuse gschaffet, jetzt bini dihei am Werke.

I minere freiä Ziit bini vill Verusse und liese au gern es guets Buech.  
Wenn's Ziit erlaubt, trifft mer mich amene Ishockey Match oder im Yoga.



Ich heisse **Denise Krieg** (38), bin verheiratet und han 3 Meitlis.

Sie gönd id Schuel, in Chinzgi und diä chlinscht isch no bi mir dihei.

Au ich wohne in Eschenbach.

Näbetbi schaffe ich 1 Tag als Chrankeschwöster.

Wenn ich dihei bin, gnüss ich Ziit bim Gärtner oder miteme guete Buech.  
Als Usglich gang ich is Zumba.