

# Sportaktivitätenliste

## Niedersächsischer Turner-Bund

- O** 3.000 Schritte für die Gesundheit
- 4xF
- A** Abenteuer- und Erlebnissport
- Aerobic/Group-Fitness
- Aerobicturnen
- Akrobatik
- Alltags-Fitness-Test
- Ambulantes Funktionstraining
- Antara®
- Aqua-Fitness
- Aroha®
- Asiatische Bewegungsformen
- B** Babys in Bewegung
- Ballett
- Bewegung für Übergewichtige
- Bodystyling/Bodyforming
- Breakdance
- C** Cardio-Fit/Cardio-Training
- Choreografie
- Contemporary
- Cross Fitness
- CrossScouting
- D** Dance-Gym
- Denken und Bewegen
- Drums Alive®
- E** Einradfahren
- Eltern-Kind-Turnen
- Entspannungsgymnastik
- Er und Sie
- F** Faszien-gymnastik
- Faustball
- Fit im Team
- Fitbiking
- Fitness
- Fitnessgymnastik
- Frauengymnastik
- Freerunning
- Functional Training/Functional Fitness
- Funktionsgymnastik/Funktionstraining
- G** Geocaching
- Gerätefitness
- Gerätturnen
- Gesund und Fit
- Gesundheitsförderung im Kinderturnen
- Gesundheitsorientierte Funktionsgymnastik
- Gesundheitssport
- Gymnastik
- Gymnastik (mit Handgeräten)
- Gymnastik und Tanz
- H** Herz-Kreislauf-Prävention
- Hip Hop
- Hobby Horsing
- Hockergymnastik
- I** Indica
- J** Jazzdance
- Jump & Fun
- Jumping Fitness
- K** Kindertanz
- Kinderturnen
- Knieschule
- Korbball
- Kraft- und Fitnesstraining
- L** LaGym
- M** Mehrkämpfe
- Modern Dance
- Musik/Spielmannswesen
- O** Orientierungslauf
- Osteoporosegymnastik
- P** Parkour
- Pilates
- Prellball
- Pump
- Q** Qi-Gong
- R** Reha-Sport
- Reha-Sport für Kinder
- Rhönradturnen
- Rhythmik und Tanz
- Rhythmische Sportgymnastik
- Ringtennis
- Rope Skipping
- Rücken-Fit
- Rückengymnastik
- Rückenschule
- Rückentraining
- S** Schleuderballspiel
- Schneesport
- Schwangerschaftsgymnastik
- Senioren-sport
- Seniorenturnen
- SGW (Schüler Gruppen Wettkampf)
- Show-Dance
- Ski-Gymnastik
- Slackline
- Sport bei Arthrose
- Sport bei Osteoporose, Rheuma, Diabetes
- Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen
- Sport in Herzgruppen
- Sport in Herzinsuffizienzgruppen
- Sportakrobatik
- Step-Aerobic
- Streetchance
- Stretching
- Sturzprophylaxe
- T** Tai Chi
- Tänzerische Früherziehung
- TeamGym
- TGM (Turnerjugend Gruppen Meisterschaft)
- TGW (Turnerjugend Gruppen Wettkampf)
- Thai-Aerobic
- Trampolinturnen
- TriloChi®
- Turnen
- V** Videoclipdancing
- Völkerball
- Vorführungen
- W** Wandern
- Wassergymnastik
- Wirbelsäulensport
- Y** Yoga
- Z** Zirkus- und Bewegungskunst