



Nordwestschweizerisches  
Kunstturn- und Trampolinzentrum Liestal

**NKL** - individuell gefördert zum Ziel



Follow us on  
**Instagram**



Find us on  
**Facebook**

## Trampolin4fun



Für Kinder und Jugendliche, die Spass auf dem Trampolin haben und sich und das eigene Körpergefühl weiterentwickeln wollen. Nicht auf Wettkampfteilnahme ausgerichtet.

**Ziel** Systematischer Aufbau der Grundlagen / Basissprünge auf dem Trampolin. Je nach Bedürfnissen und Können werden die Schwierigkeiten stetig ausgeweitet. Akrobatische Zielelemente sind: Überschlag, Flic-Flac, Salto vorwärts und rückwärts. Erarbeiten eines sicheren Umgangs mit dem Trampolin, Athletik (Entwicklung von Kraft und Beweglichkeit), Bodenturnen, Akrobatik.

**Alter** Ab 10-jährig

**Wann** Freitag: 18.15 - 20.15 Uhr und Samstag: 12.15 - 14.15 Uhr

**Ort** Halle Rosen 2, Rosenstrasse 21, 4410 Liestal

**Kosten** CHF 450.— / pro Halbjahr



Haben wir Ihr Interesse geweckt?  
Nehmen Sie Kontakt auf mit Steve Notter:

061 901 18 19 (ab 20.00 Uhr)  
[steve.notter@nkl-liestal.ch](mailto:steve.notter@nkl-liestal.ch)

oder besuchen Sie unsere Webseite für mehr Informationen.

[www.nkl-liestal.ch](http://www.nkl-liestal.ch)



Nordwestschweizerisches  
Kunstturn- und Trampolinzentrum Liestal

**NKL** - individuell gefördert zum Ziel

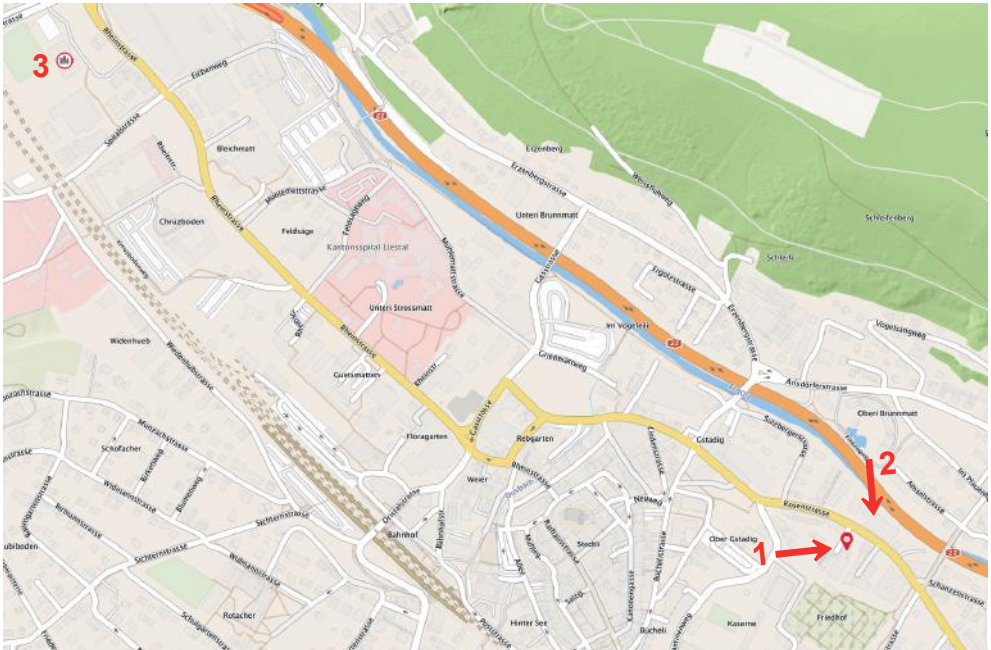


Follow us on  
**Instagram**



Find us on  
**Facebook**

## So finden Sie uns in Liestal



**1**  
**Sport- und Gesundheits-**  
**zentrum Rosen**  
**Kunstturnerhalle Rosen 1**  
**Rosenstrasse 12**  
**4410 Liestal**

**2**  
**Sport- und Gesundheits-**  
**zentrum Rosen**  
**Trampolin- und Kinder-**  
**Turnhallen Rosen 2 - 4**  
**Rosenstrasse 21**  
**4410 Liestal**

**3**  
**Sportzentrum Schauenburg**  
**Kunstturnerinnenhalle**  
**Schauenburgerstrasse 3**  
**4410 Liestal**

**Geschäftsstelle**  
**Tel.**  
**E-Mail**  
**Webseite**  
**Facebook**  
**Instagram**

Rosen 1, Rosenstrasse 12, 4410 Liestal  
061 599 25 67  
info@nkl-liestal.ch  
www.nkl-liestal.ch  
@nkliest  
@nkl\_liestal