



TURNEN IM MAIN-SPESSART-GAU

Nr.3/2019

Oktober 2019

Einladung zum Turntag mit Nachwahl des Turngau Main-Spessart am 16. November 2019 in Niedernberg

Ausrichter: TV Niedernberg
Ort: Hans-Herrmann-Halle (Foyer)
Diemarusstraße 1, 63843 Niedernberg
Beginn: 14.00 Uhr

Liebe Vorstände, liebe Abteilungsleiter/innen, Übungsleiter/innen und Interessierte der Vereine des Turngau Main-Spessart,

die Vorstandschaft des Turngau Main-Spessart lädt euch hiermit zum Turntag ein.

Der Turntag ist die Generalversammlung des Turngau und damit ein wichtiger Baustein der aktiven Arbeit im Turngau. Auch bei den Generalversammlungen in euren Vereinen wünscht ihr euch, dass viele Vereinsmitglieder teilnehmen. Die Turngau-Vorstandschaft freut sich über eine rege Beteiligung an ihrer „Generalversammlung“.

Tagesordnung: - Änderungen vorbehalten

1. Begrüßung
2. Grußworte
3. Bericht des Turngauvorstandes
4. Bericht der Stellvertreterin Finanzen
5. Berichte der Fachwarte
6. Entgegennahme des Kassenprüfungsberichts
7. Aussprache zu den Berichten
8. Entlastung des Turngauvorstandes
9. Wahl des Wahlausschusses
10. Wahl der Fachwartin Gerätturnen wbl.
11. Wahl des Turngauvorsitzenden
12. Vergabe von Turngauveranstaltungen
13. Beratung und Entscheidung über Anträge

Anzahl der Delegierten zum Turntag 2019

Nach § 22 der Satzung des Bayerischen Turnverbandes hat jeder zum Turngau gehörende Verein, der BTV-Mitglied ist, bis zu 300 Mitgliedern zwei Delegierte, für jede weitere angefangene Einheit von 300 Mitgliedern je einen weiteren Delegierten zum Turntag des Turngau. Auf Grund der Mitgliedschaft beim BTV ergibt sich folgende Delegiertenzahl:

Vereine, die BTV-Mitglied sind und ein Stimmrecht haben (alphab. geordnet), Stand 8.10.2019

Verein	Mitglieder	Delegierte	Verein	Mitglieder	Delegierte
TSV Alzenau	443	3	TSV Jahn Kreuzwertheim	427	3
TSV Amorbach	225	2	TV Laufach	495	3
TV 1860 Aschaffenburg	988	5	TuS Leider	418	3
DJK Aschaffenburg	31	2	DJK Leidersbach	67	2
Postsport e.V. A'burg	19	2	DJK Mainaschaff	181	2
Tanz-SC Aschaffenburg	150	2	TSG Mainaschaff	377	3
TV Blankenbach	170	2	TSV Mainaschaff	263	2
TV Bürgstadt	948	5	VfL Mespelbrunn	377	3
TuS Damm	734	4	TV Michelbach	796	4
TV Dettingen	1342	6	TV Miltenberg	694	4
TSV Olympia Eisenbach	262	2	TV Mömlingen	646	4
TV Elsava Elsenfeld	517	3	VfL Mönchberg	392	3
Ski-Club Erlenbach	50	2	TV Niedernberg	646	4
TV Erlenbach	317	3	VfR Nilkheim	665	4
TV Faulbach	839	4	DJK/TTC Obernau	227	2
FSV Feldkahl	144	2	TV Obernau	316	3
TV Goldbach	376	3	Tuspo Obernburg	323	3
TSV Großheubach	658	4	TSV Pflaumheim	21	2
TV Großostheim	1159	5	SV Richelbach	143	2
TV Großwallstadt	471	3	TSV Ringheim	164	2
TV Großwelzheim	603	4	Spvgg Roßbach	65	2
TSV Grünmorsbach	482	3	TSV Rothenbuch	201	2
TV Gunzenbach	416	3	TSV Eintr. Rottenberg	374	3
TV Haibach	751	4	TuS Röllfeld	174	2
DJK Hain	83	2	TV Sailauf	185	2
TV Gut Heil Hasloch	381	3	TV Schneeberg	202	2
TC Heimbuchenthal	150	2	TV Schweinheim	653	4
FC Heppdiel	49	2	SV Steinbach	31	2
TG Hörstein	201	2	TG Stockstadt	338	3
TV Hösbach	995	5	SG Strietwald	446	3
TV Hofstetten	503	3	TV Trennfurt	735	4
TV Kahl	426	3	TV Wasserlos	474	3
TV Kirchzell	113	2	TV Weilbach	184	2
TV Kleinheubach	330	3	DJK Wenighösbach	169	2
TSG Kleinostheim	724	4	TV Wenigumstadt	348	3
TV Kleinwallstadt	268	2	SPVG Westerngrund	147	2
TV Klingenberg	225	2	SV Bavaria Wiesen	109	2
SV Königshofen	27	2	TV Wörth	698	4
TV Laudenbach	196	2			
			76 Vereine	29937	222

Ergänzungen zur Tagesordnung:

- Zu 5.) Die Berichte der Fachwarte sind in der Gauzeitung Oktober 2019 abgedruckt.
 Zu 8.) Es werden folgende Turngau-Veranstaltungen vergeben:
 Gaukinderturnfest 2020, Gaujugendtreffen 2020, Gauwandertage 2020,
 Frühjahrsturnfest 2020; Gauherbstsportfest 2020
 Gauentscheide „Turnen im Verein“ männlich u. weiblich 2020
 Frühjahrs- /Herbsttagungen 2020, Turntag 2020.
 Bewerber können sich bis zum 14.11.19 bei der Turngau-Geschäftsstelle melden
geschaeftsstelle@turngau-main-spessart.de oder 06188/3019325



Berichte der Fachwarte

Gerättturnen Mädchen 2019 – Kreis Aschaffenburg Heike Lauer

Im Kreis Aschaffenburg gingen 2019 insgesamt 28 Mannschaften im Bayernpokal an den Start. 163 motivierte Turnerinnen zeigten ihr Können an den beiden Wettkämpfen. Die Turnerinnen starteten für ihre Vereine TV Laufach, TV Blankenbach, TV Sailauf, SG Strietwald und TV Großostheim. Die beiden Wettkämpfe fanden im Mai und September statt und wurden von den Vereinen TV Laufach und TV Sailauf erfolgreich ausgetragen. Die beiden erst- und zweitplatzierten Vereine jeder Altersklasse sowie die fünf besten Einzeltturnerinnen haben sich für den Gauentscheid Ende Oktober in Haibach qualifiziert.

Vielen Dank an alle Kampfrichter/-innen für ihren Einsatz.
 Ebenso ein herzliches Dankeschön an das ganze Organisationsteam, alle mitwirkenden und helfenden Vereine für die tolle Zusammenarbeit und die erfolgreichen Wettkämpfe.

Gerättturnen Mädchen 2019 - Kreis Miltenberg Carmen Schramm und Anja Fecher-Pfenning

In diesem Jahr sind im Kreis Miltenberg insgesamt 29 Mannschaften im Bayernpokal aus den Vereinen TV Miltenberg, TV Faulbach, TV Hasloch, TV Klingenberg, TV Wörth, TSV Grünmorsbach und TV Kleinheubach angetreten. An unseren beiden Rundenwettkämpfen, die im Mai beim TV Miltenberg und im Oktober beim TV Kleinheubach stattgefunden haben, konnten sich die erst- und zweitplatzierten Mannschaften jeder Altersklasse für den Gauentscheid am 26. Oktober in Grünmorsbach qualifizieren. Dort haben unsere Turnerinnen die Chance sich einen Startplatz für den Regionalentscheid 2019 zu erturnen. Dieser findet am 2. November in Hösbach statt. Für den anschließenden Landesentscheid gibt es aktuell noch keinen Ausrichter.

Anfang April dieses Jahres fand wieder der Bärchenpokal für unsere Kleinsten beim TV Klingenberg statt. Hier gingen 89 Kinder im Alter von fünf bis zehn Jahren mit Freude und Begeisterung an den Start. Für die meisten der fünf und sechsjährigen ist der Bärchenpokal ihr erster Wettkampf und deshalb ein besonderes Event. Am Ende des Wettkampfs erhielt jede Turnerin eine Urkunde und ein Geschenk.

Wir bedanken uns bei unseren Vereinen und allen Kampfrichtern für das erfolgreiche Wettkampfsjahr und die gute Zusammenarbeit.

Gerätturnen Mädchen 2019 – Unterbezirk Alzenau **Carmen Jung**

In diesem Jahr sind im Kreis Alzenau bei zwei Wettkämpfen 12 Mannschaften für den Bayernpokal 2019 angetreten.

Insgesamt 131 turnbegeisterte Mädchen aus Dettingen, Großwelzheim, Kahl und Michelbach haben in zwei Wettkämpfen, in Kahl am Main im Mai und in Michelbach im September, ihre Leistungen dargeboten.

Die jeweils 2 besten Mannschaften jeder Altersklasse, sowie die 5 besten Turnerinnen haben sich für den Gauentscheid qualifiziert der Ende Oktober in Haibach stattfinden wird.

Bedanken möchte ich mich in diesem Zusammenhang für die gute Zusammenarbeit und Unterstützung bei allen, die mitgeholfen haben diese Wettkämpfe überhaupt möglich zu machen. Bei den Organisatoren und Durchführenden der Planung, Technik, Moderation, den Kampfrichtern, den helfenden Händen, die für das leibliche Wohl gesorgt haben, und zu guter Letzt bei den Turnerinnen.

Gerätturnen männlich 10/18 – 9/19

Engelbert Scheliga

Bayern Pokal bzw. „Turnen im Verein“ der Gauligen Schüler u. den Gauligen (Akt.+Jutu+C) in 2018.

In 2018 motivierten die engagierten Übungsleiter aus 10(+3) Vereinen immerhin 37 Mannschaften (+6), davon 37MA im P-Programm (+6), 0 MA im zusätzlichem Tu.10/KM-Programm (0), zur Teilnahme an dieser Wettkampfsreihe mit 3 Wettkämpfen, plus mit ggf. Gau-, Regional-, Landes-Entscheid.

Nur der hervorragenden Trainerarbeit ist es zu verdanken, ca.185 Akteure an die Geräte zu bringen; auch wenn es immer schwerer wird, zu allen WK im Turngau die Mannschaften komplett antreten zu lassen, wie auch für die nötigen Kampfrichter (1x KR/MA) in allen Wettkämpfen (4-6TN) zu sorgen.

Herzlichen Dank auch an die Abteilungsleiter, Betreuer, Kampfrichter, Eltern und Fahrer, die unseren Trainern immer wieder zur Verfügung stehen.

Rhythmische Sportgymnastik

Karin Syndikus

Bei den Unterfränkischen Meisterschaften in Erlenbach waren 28 Mädchen, in 6 Leistungsklassen, am Start. Diese Meisterschaft war die Qualifikation zur Bayerischen Meisterschaft in Ingolstadt.

Unterfränkische Meisterinnen wurden:

JLK	Lea Bachmann	TV Erlenbach
JWK	Darja Funk	TV Erlenbach
SWK	Ceylin Dinc	TV Erlenbach
KLK 9	Tuana Yilmaz	TV Erlenbach
KLK 8	Nele Kettner	TV Erlenbach
KLK 7	Jenna Paul	TV Erlenbach

Bei den Bayerischen Meisterschaften zeigten die Turnerinnen gute Leistungen. Die beste Platzierung im Einzel erturnte sich Lea Bachmann. Sie erreichte im Mehrkampf der Junioren Leistungsklasse 13 Jahre den 2. Platz. Im Finale mit dem Ball wurde sie Bayerische Meisterin.

Zum Bayernpokal ging es nach Cham. Dort belegte Ceylin Dinc den 13. Platz.

Beim Landesturnfest in Schweinfurt starteten Darja Funk 8. Platz und Elina Betke 18. Platz.

Lea Bachmann turnte bei den Deutschen Meisterschaften in Nürnberg, konnte aber verletzungsbedingt nicht an ihre Leistungen von den Bayerischen Meisterschaften anknüpfen.

Zum Nachwuchspokal in Nürnberg war eine Ball Gruppe KLK 8-10 Jahre vom TV Erlenbach am Start. Von 13 Gruppen erreichte sie den 7. Platz.

Als Kampfrichter sind im Einsatz Maria Dietrich, Rebecca Breitenbach und Karin Syndikus.

Vielen Dank allen Übungsleitern, Eltern und dem Turngau für die Unterstützung.

GYMNASTIK und TANZ / DTB-DANCE / Rhythmische GYMNASTIK

Gabi Dümig

Der Turngau blickt auf ein aktives und erfolgreiches Jahr zurück. Unsere Gruppen haben bei zahlreichen Wettkämpfen den Turngau Main-Spessart erfolgreich präsentieren können. Die besten Platzierungen sicherten sich Mirage von der DJK Mainaschaff und das Synchronpaar Jasmin Elbert/Katharina Basel (DJK Aschaffenburg). Mit Platz 4 überraschte die junge Mannschaft „Mirage“ beim Deutschland Cup DTB-Dance der in Dörnhagen ausgetragen wurden. Das Synchronpaar der DJK Aschaffenburg punktete bei ihrem ersten Auftritt auf Bundesebene ebenfalls mit Platz vier.

Gymnastik und Tanz und DTB-Dance

Platzierungen auf Landes- und Bundesebene

1. Bayerischer Meister Gymnastik und Tanz AK Jugend	DJK Mainaschaff „Mirage“
4. Deutschland Cup-DTB Dance Kleingruppe AK 11-15 J.	DJK Mainaschaff „Mirage“
1. Bayern-Cup DTB-Dance Kleingruppe 15+	DJK Mainaschaff „Unique“
1. Bayern-Cup DTB-Dance Kleingruppe 11-15 Jahre	DJK Mainaschaff „Mirage“
1. Wahlwettkampf 12-13 Jahre	Anna Stock - DJK Mainaschaff
3. Wahlwettkampf 12-13 Jahre	Finia Salek - DJK Mainaschaff
1. Wahlwettkampf 25-29 Jahre	Jasmin Elbert – DJK Aschaffenburg
1. Wahlwettkampf 65-69 Jahre	Anna-Maria Maar -TuSpo Obernburg
1. Hessen-Cup Synchron P9	Jasmin Elbert/Katharina Basel
1. Hessisches Landesturnfest DTB Dance Kleingruppe	Jasmin Elbert, Francesca Taronna, Amelie Reinhardt
4. Deutschland Cup Gymnastik Synchron P 9	Jasmin Elbert, Katharina Basel (DJK Aschaffenburg)

Unterfränkische Meisterschaft Rhythmische Gymnastik P-Stufen

Bei den Unterfränkischen Meisterschaften in den P-Stufen waren 3 Vereine am Start. Den Sieg bei den Mannschaftswettkämpfen P 2, P 3, P 5 und P 7 konnte die DJK Mainaschaff für sich verbuchen.

Die TuSpo Obernburg sicherte sich Platz 1 in der P 4, P 8, P 9.

Im Synchronwettkampf P 5 und P 5 junior, P 7 und P 9 konnte die DJK Mainaschaff den Titel für sich behaupten. Die TuSpo Obernburg lag in der P 15 ganz vorne.

Im Einzel-Wettkampf P 1, P 2, P 7, P 8 und P 9 bis 18 Jahre holte die DJK Mainaschaff alle Titel.

Jasmin Elbert (DJK Aschaffenburg) erturnte sich in der P 9 (19+) Gold.

In der P 15 hatte die TuSpo Obernburg die Nase vorn.

Trampolinturnen

Martina Timm

In diesem Jahr starteten die Trampolinturner des Turngaus sehr spät in die Wettkampfsaison. Nachdem die neue Landesnachwuchstrainerin einen Qualifizierungslehrgang für die Teilnahme an den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften der Landesturnverbände relativ kurzfristig auf den Termin für die Unterfränkischen Synchronmeisterschaften gelegt hatte, mussten diese vorerst entfallen. Hannah Rottmann und Sarah Halbig vom TV Aschaffenburg absolvierten diese und auch weitere Qualifikationsmaßnahmen erfolgreich und wurden vom BTV nominiert, am 26. Mai in Bösingfeld/Extertal in ihrer jeweiligen Altersklasse für das „Team Bayern“ zu starten.

So stand als erster Wettkampf der Saison am 6. April die Bayerischen Einzelmeisterschaften in Bayreuth auf dem Plan. Hier starteten insgesamt 9 Teilnehmer der Vereine TV Aschaffenburg und TV Dettingen. Die einzige Medaille für den Turngau konnte Hannah Rottmann vom TV Aschaffenburg mit Platz 2 in der Altersklasse 13/14 mit nach Hause nehmen.

Gleich fünf Medaillen konnten die Schülerinnen des TV Aschaffenburg bei den Bayerischen Jahrgangsmeisterschaften am 11. Mai in Burkunstadt gewinnen:

1. Platz	AK bis 10	Alesia Luther
1. Platz	AK 13/14	Hannah Rottmann
2. Platz	AK 11	Amelie Gaida
2. Platz	AK 12	Sarah Halbig
3. Platz	AK 11	Samira Weber

Ausrichter der Unterfränkischen Jahrgangsmeisterschaften war am 6. Juli der TV Aschaffenburg. Hier startete neben den Gauvereinen TV Aschaffenburg, TV Dettingen und TV Goldbach auch der TSV Bischofsheim/Rhön. Es wurden in sieben verschiedenen Klassen die Bezirksbesten ihrer Altersklasse ermittelt.

Die Sieger hießen am Ende:

Emilia Pollok, Alesia Luther, Amelie Gaida, Hannah Rottmann (alle TV Aschaffenburg), Jakob Klein (TV Goldbach) und Moritz Schneider (TV Dettingen).

Die Unterfränkischen Einzel- und Mannschaftsmeisterschaften fanden am 28. September beim TV Goldbach statt. Im Einzel siegten hier jeweils eindeutig die Favoriten. Spannender ging es in den Kämpfen um die restlichen Podestplatzierungen zu.

Die Unterfränkischen Einzelmeister:

Alesia Luther AK bis 10, Hannah Rottmann AK 11-14 (beide TV Aschaffenburg), Jakob Klein AK 11-14 (TV Goldbach) und Paloma Winkler AK 15+ (TV Dettingen)

Die Titel bei den Mannschaftsmeisterschaften gingen an folgende Vereine:

Schülerinnen	-	TV Aschaffenburg
Schüler	-	TV Goldbach
Turnerinnen 15 +	-	TV Dettingen

Die Meldeergebnisse bei den Gau-/Bezirkswettkämpfen waren im Jahr 2019 im Vergleich zum Vorjahr leicht rückläufig.

Ein Wettkampftermin steht in diesem Jahr noch aus. So wird der Adolf-Ühlein-Pokal am 23. November traditionell beim TV Aschaffenburg ausgetragen. Im Anschluss daran werden die Sieger des Unterfränkischen Oldies-Cups ermittelt.

Rhönradturnen

Petra Berger

Am Bayerischen Landesturnfest waren alle drei Vereine aus dem Gau sehr erfolgreich vertreten. Vom TuS Leider schaffte Charlotta Plaß die Vorqualifikation für den Deutschlandcup in ihrer Altersklasse 11/12 im Geradeturnen.

Der TuS Damm hatte gleich drei Teilnehmer welche sich vorqualifizierten, Joshua Liedtke AK 17/18 und Luzia Englert AK 13/14 im Geradeturnen, Juliana Reiser im Sprung. Wer von diesen vier Turner/innen dann tatsächlich das Ticket für den Deutschlandcup lösen kann, wird sich im Oktober zeigen.

Der Deutschlandcup findet Anfang November in Bielefeld statt.

Im Augenblick finden die Mannschaftwettkämpfe im Rahmen des Otto-Faber-Gedächtnispokals statt. Hier messen sich alle Vereine aus dem Bezirk, Ende November wird sich in Aschaffenburg Leider zeigen, welche Mannschaft in der Summe die besten Leistungen gezeigt hat. Auch hier starten alle drei Vereine mit mehreren Mannschaften.

Alle drei Vereine leisten eine hervorragende Nachwuchsarbeit. Dies sieht man an der steigenden Zahl der aktiven Turner/innen, ebenso wie an der hohen Zahl der Meldungen an den Wettkämpfen. Einen großen Dank an alle Trainer/innen und Kampfrichter!

Kinderturnen

Beate Schnabel

Das Kinderturnen erfreut sich in unserem Turngau weiterhin großer Beliebtheit. Dies ist umso erfreulicher, da nur hier die motorischen Grundfertigkeiten gut geschult und ausgebaut werden. Denn nur wer diese Grundlagen wie Rollen, Laufen, Springen, Hangeln, Werfen im Kindesalter spielerisch trainiert, wird später auch eine Fach-Sportart wie Turnen, die diversen Ballsportarten, aber auch Judo, Tennis etc. richtig gut ausüben können. Der aktuell höhere Stellenwert des Kinderturnens ist sicher auch ein Verdienst der **Offensive Kinderturnen des Deutschen Turnerbundes**, die vor zwei Jahren gestartet wurde. Die ersten beiden Wochen im November sollen jedes Jahr mit Veranstaltungen zum Kinderturnen aktiv für Werbung genutzt werden. Es wäre schön, wenn sich an dieser Kampagne noch mehr Gauvereine beteiligen würden als in den vergangenen zwei Jahren. Detail-Informationen hierzu gibt es auf der Homepage des DTB.

Dazu passt auch das im vergangenen Jahr vom **Bayerischen Turnverband** neu entworfene **Kinderturn-Abzeichen „LöwenStark“ für 3 – 12-jährige Kinder**. Die Unterlagen hierzu können über die Internetseite des BTV bestellt werden. Bereits in diesem Frühjahr habe ich im Rahmen des Turngau Frühjahrslehrgangs das Abzeichen in der Praxis vorgestellt. Die interessierten Übungsleiter können sich für Auskünfte jederzeit an die Turngau-Geschäftsstelle oder an mich selbst wenden.

Um unsere erfahrenen wie aber auch ganz besonders neue Übungsleiter im Kinderturnen gut zu schulen, haben wir auch in 2019 wieder zwei Lehrgänge angeboten: Im Frühjahr wieder mit Petra Göpfert aus dem heimischen Turngau zum Thema: Bewegungsideen in Verbindung mit Psychomotorik und im Oktober mit einem Wochenend-Lehrgang Kinderturnen „Bunt und Vielfältig“, mit Referentin Astrid Hess, Landesfachwartin Kinderturnen beim BTV, die beide sehr gut besucht waren. Auch für 2020 haben wir schon wieder zwei Lehrgänge fest gebucht: am 8. März mit Referentin Karina Schuck aus Hassfurt, zum Kombi-Thema Rückenschule für Kinder und Warm-up im Tanztraining sowie am 18. Oktober ein Kinderturn-Lehrgang mit Referenten vom BTV. Bitte informiert Euch rechtzeitig über die Details in den Gauheften und meldet Euch zahlreich an.

Ein Ausblick noch auf 2020: Vom 24.-26. Juli findet die 4. Bayerische Kinderturn-Olympiade in Friedberg bei Augsburg statt. Es wird wieder eine große Anzahl an Wettkämpfen angeboten, aber auch für Spiel und Spaß ist mit einer tollen Turn-Gala und einer großen Kinderturnlandschaft gesorgt. Ich würde mich freuen, wenn einige Gauvereine hieran auch Interesse hätten.

Vielen Dank auch wieder allen Kinderturn Übungsleitern in den Turngau Vereinen für ihr ehrenamtliches Engagement – gerade für unsere Kinder ist das so wichtig!
 Ich hoffe, dass sich die **Verantwortlichen in unseren Turnvereinen weiterhin der Kinderturnsache annehmen und wir so das Kinderturn Angebot auf einem hohen Niveau halten können!**

Turntalentschule

Engelbert Scheliga

Nach dem jetzigen Stand gibt es in 08.2019 gesamt 31TN (11)TTS- Jungs. In Michelbach(9TN), Hösbach(8), Aschaffenburg(12), Laufach(3) und Miltenberg(2) übernehmen die Vereins-Trainer, auch wegen unseren ausgelasteten Trainern. Trainiert werden die gesamt 31 Jungs der TTS+LZ(11+20) im LZ der F.a.n.-Arena und in Hösbach

von Phu, Svenja, Daniel und Merlin. Die Turner kommen aus den Vereinen Hösbach, Goldbach, Michelbach, Grünmorsbach, Miltenberg, Damm und Aschaffenburg. Die Mädelsgruppe Süd arbeitet noch nicht wieder. Immer mehr Mädels sind aber in der Gruppe Mitte aktiv. Es ist aber weiter vorrangig, Süd wieder neu zu besetzen. Die Trainingsgruppen der Mädels Mitte und Ihren Trainern Horst Dahlemann und Vanessa Grünwald sind in der F.a.n.- Arena, sowie in der Vereinshalle Blankenbach mit insgesamt 19 Turnerinnen der TTS+LZ(6+13) aus Laufach, Blankenbach, Westerngrund, Aschaffenburg und Kahl, Kleinheubach, Wörth und Grünmorsbach präsent.

Wanderbericht 10/18 – 09/19

Engelbert Scheliga

In Laufach kamen im März 2019 25 Wanderer aus 4 Vereinen zusammen, um den Naturfriedhof Bischling im Spessart, das Produkt der Gemeinden Sailauf+Laufach, gemeinsam zu erwandern. Vor Ort gab es noch nichts zu sehen, aber wir konnten allen Wanderern darlegen, wie der Naturfriedhof Bischling aufgebaut und dann aussehen soll. Später in der Turnerstube des TV Laufach waren wir dann alle der Meinung, dass wir uns noch nicht für einen gewissen Platz bewerben möchten!

Was wir natürlich bei herzhaftem Essen und Trinken entsprechend auch zu besingen wussten.

Im April konnten wir bei der Jahrestagung 2019 in Niedernberg mit 4 Vereinen und 6 Wanderern, die Wandertreffen in 2018 nochmals besprechen, wie auch die Aktivitäten für 2018/19 neu festlegen.

Den Gauwandertag in Grünmorsbach im Mai verschoben wir gemeinsam auf den 21.Mai 2020 wegen des zeitgleich stattfindenden Landesturnfests in Schweinfurt. Frei nach dem Motto „unseren Vatertag gemeinsam zu feiern lassen wir uns doch nicht nehmen!“

Die nächste Winterwanderung findet in Laufach am 8. März 2020 ab 10 Uhr unter dem Motto „Die Ofensau“ in der Turnhalle Am Mühlfeld 2 in Laufach statt.

Dazu laden wir wieder alle Vereine unseres Turngaues Main-Spessart recht herzlich ein.

Ehrentafel des Turngau Main-Spessart 2019

Die Ehrentafel wird erst in der Gauzeitung Dezember veröffentlicht.
Die darin aufgeführten Sportlerinnen und Sportler erhalten rechtzeitig eine Einladung zum Bowlingnachmittag bzw. -abend am 27.12.19 in Aschaffenburg.



Übungsleiter gesucht

Übungsleiterin /Übungsleiter Herzsport gesucht für den Turnverein 01 Dettingen e.V.

Umfang: 1x wöchentlich für 2 Stunden

Voraussetzungen:

Spaß an sportlicher Gruppenarbeit, Freude am Umgang mit Menschen, Verantwortungsbewusstsein, Einfühlungsvermögen und Teamfähigkeit
Erfahrung im Herzsport und die Übungsleiter Lizenz „Herzsport“ sind wünschenswert, aber keine Voraussetzungen.

Falls noch keine Lizenz vorhanden ist, bieten wir

eine intensive qualifizierte Ausbildung, und wir garantieren eine Einarbeitung in einem engagierten Team. Die Übungsleitertätigkeit erfolgt ehrenamtlich und wird über unsere Übungsleitervergütung abgerechnet.

Nähere Informationen über das Geschäftszimmer

TV 01 Dettingen e.V., Schulstr. 30, 63791 Karlstein, Tel. 06188/77370,
e-mail: tvd-karlstein@t-online.de, www.tvdettingen.de siehe Kontakt.
Bewerbungen bitte vorzugsweise per Mail an tvd-karlstein@t-online.de

Vorschau Lehrgänge 2020:

BTV – Lehrgänge:

BTV Kursleiter S-Klasse (30 UE)

**BTV-Lehrgang zum vormerken! Anmeldungen sind derzeit noch nicht möglich!
Ausrichter ist der BTV. Anmeldungen nur über den BTV!
Sobald der Lehrgang zur Anmeldung freigegeben ist, werden wir informieren.**

Dieser Lehrgang ist vor allem für Übungsleiter/innen gedacht, die keine Übungsleiter-Lizenz besitzen. Übungsleiter/innen, die im Seniorenbereich tätig sind oder auch im Seniorenbereich noch nicht gearbeitet haben. Selbstverständlich können auch Übungsleiter/innen mit der entsprechenden Ausbildung teilnehmen.

Die Ausbildung setzt sich zusammen aus den 24 UE des Lehrgangs, sowie vorab geleisteten Einsätzen/Mitarbeit im Verein/sonst. Institutionen im Bereich Sport für Ältere. Alle Interessenten müssen das 18. Lebensjahr vollendet haben.

Termin: Freitag, 24.01.2020, Samstag, 25.01.2020, Sonntag, 26.01.2020
Ort: TV Hofstetten, Am Rücker Berg 3, 63839 Kleinwallstadt
Referentin: Ursula Bauer

Weitere Details folgen nach offizieller Ausschreibung des LG durch den BTV.

Übungsleiter C-Ausbildung (120 UE)

**BTV-Lehrgang zum vormerken! Anmeldungen sind derzeit noch nicht möglich!
Ausrichter ist der BTV. Anmeldungen nur über den BTV!
Sobald der Lehrgang zur Anmeldung freigegeben ist, werden wir informieren.**

Basismodul

Termin: Freitag, 6.03.20, Samstag, 07.03.2020, Sonntag 8.03.2020
Ort: TV Halle Trennfurt, Gänserain 8, 63911 Klingenberg-Trennfurt

Ob das **Aufbaumodul Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit** noch in **2020** oder erst in **2021** in unserem Turngau angeboten werden kann, können wir erst zu einem späteren Zeitpunkt bekannt geben.

Turngau – Lehrgänge:

Meldeadresse für alle Lehrgänge und Ansprechpartnerin:

Geschäftsstelle des Turngau Main-Spessart,
Elke Lappert, Hägweg 10, 63796 Kahl a. Main, Tel: 06188 / 3019325
E-Mail: geschaeftsstelle@turngau-main-spessart.de
oder unter www.turngau-main-spessart.de

Bankverbindung für Lehrgangsgebühren:

Sparkasse Miltenberg-Obernburg, IBAN: DE6279650000 0500345707

NEU: Im Betreff immer Lehrgangsnummer und Teilnehmername angeben!

MIND BODY Workshop LG-Nr. 20V55001

Der Begriff Mind-Body vereint verschiedene westliche und östliche Bewegungsformen, deren gemeinsames Ziel es ist, eine Harmonisierung von Körper, Seele und Geist anzustreben. Die Übungen nutzen traditionelle Techniken, wie beispielsweise **Tai Chi/Qi Gong** und binden sie in modernen Mind-Body Konzepten ein. Auch im dynamischen Bereich wird mit modernen Mind Body Konzepten wie z.B. dem **“Power Chi“** gearbeitet, das bekannte Schritte aus dem Aerobic Training mit weichen, schwingenden, spiralförmigen Bewegungen der Arme und des Rumpfes kombiniert, um so die Meridiane zu aktivieren und Verklebungen des Faszienetzes zu lösen.

Es erwartet Dich ein abwechslungsreicher Tag, der einen Bogen von **„Mentaler Fitness“** über dynamische **Tanzelemente** bis hin zu zentrierenden und stabilisierenden **Übungsflows** aus **Yoga** und **Pilates** spannt.

- Termin:** Samstag, 15.02.2020 – 10.00 bis 17.00 Uhr
Ort: TV Halle Trennfurt, Gänserrain 8, 63911 Klingenberg-Trennfurt
Teilnehmer: Übungsleiter/ Interessierte
Referentin: Sonja Hergert, Sportwissenschaftlerin M.A., Staatl. annerk. Physiotherapeutin
Gebühr: Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
 Sonstige Personen: 68 €
Mitzubringen: Gymnastikmatte, Verpflegung,
 Barfußsocken oder Antirutschsocken wer will,
 denn es wird vorwiegend barfuß gearbeitet.
Lizenzverlängerung: All - FuG - P - S - BLSV
 Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
 Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit
 Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention
 Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)
 Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Power Workouts für deine Kursstunde

LG-Nr. 20V55002

Eine unserer konditionellen Fähigkeiten ist die Kraft. Kaum ein Kursformat beschäftigt sich NICHT auf irgendeine Art und Weise mit dieser Fähigkeit!

Die Frage ist, wie können Übungen und Bewegungsabläufe im Sinne der Kraftentwicklung sinnvoll aufgezeigt und erlernt werden?! Zum Einsatz kommen hierbei auch unterschiedliche Kleingeräte.

Erlebe einen Tag voller Power, denn Krafttrainingsmethoden lassen sich tatsächlich in ganz unterschiedliche Kursformate implementieren.

- Termin:** Sonntag, 16.02.2020 – 10.00 bis 17.00 Uhr
- Ort:** Turnhalle TV Wörth, Wiesenweg 5, 63939 Wörth a. Main
- Teilnehmer:** Übungsleiter/ Interessierte
- Referentin:** Nadja Koller,
Sportwissenschaftlerin M. A., Sporttherapeutin (DVGS)
- Gebühr:** Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
Sonstige Personen: 68 €
- Mitzubringen:** Gymnastikmatte, Theraband - 2,5m lang mittel oder auch etwas stärker - schwerere Hantel (sollte min. 2/3 KG), Foamroll/Pilatesrolle, Redondoball, Verpflegung
- Lizenzverlängerung:** All - FuG - P - BLSV
Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit
Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention
BLSV Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Kinder in Bewegung

Rückenschule für Kinder und tänzerisches Warm-Up

LG-Nr. 20V55003

Rückenschule für Kinder: Mobilisation, Kräftigung und Dehnung für die Wirbelsäule. Tänzerisches Warm-up (Hip-Hop) und tanzbezogenes Krafttraining.

- Termin:** Sonntag, 08.03.2020, 9:30 – 16:30 Uhr
- Ort:** Waldschulturnhalle, An der Waldschule 5, 63791 Karlstein-Großwelzheim
- Teilnehmer:** Übungsleiter/ Interessierte
- Referentin:** Physiotherapeutin Karina Schuck,
- Gebühr:** Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
Sonstige Personen: 68 €
- Lizenzverlängerung:** All - BLSV
Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
BLSV Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Pilates Fuß Training (Footwork)

LG-Nr. 20V55004

In diesem Seminar wird das komplexe und ganzheitliche (Pilates-) Trainingskonzept erarbeitet, mit dem ein sinnvolles und wirksames Trainieren der Zehen und Füße möglich ist. Das Konzept geht dabei weit über herkömmliche Übungen hinaus, die oft nur die Zehen mobilisieren und Teile der Fußmuskulatur kräftigen. Der Aufbau des Trainingskonzeptes gliedert sich in den ersten sensomotorischen Teil, den mobilisierenden zweiten Teil und gelangt schließlich über den Begriff des ganzheitlichen Alignements zur funktionellen Kräftigung, um ein in sich stimmiges, abgerundetes Programm darzustellen.

Weitere Inhalte werden sein: die Wirkung der Schuhe auf den Fuß und die Körperstatik, die Techniken des Barfußgehens und des Barfußlaufens, Fußfehlstellungen – Ursachen und Übungen und vieles mehr.

Eine Bereicherung für das persönliche Training und den Unterricht in den eigenen Gruppen.

Termin: Samstag, 28.03.2020 – 10.00 bis 17.00 Uhr
Ort: Pilates-Zentrum-AB, Bodelschwingstrasse 10b, 63739 Aschaffenburg
Teilnehmer: Übungsleiter/ Interessierte – max 25 Personen
Referent: Jörg Arnold, Pilates Trainer
Gebühr: Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
 Sonstige Personen: 68 €

Mitzubringen: Schreibzeug, bequeme Sportkleidung ohne Schuhe, barfuß bzw. in Socken, Verpflegung

Lizenzverlängerung: All - FuG - P - S - BLSV

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)

Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit

Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention

Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)

Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Fitness Variations

LG-Nr. 20V55005

Functional Fitness: Training mit dem eigenen Körpergewicht 3 UE

Brain Gym: Training für Gehirn und Körper 2 UE

Rückenfitness 3 UE

Wir starten in den Tag mit Functional Fitness – kurz gesagt: Übungen mit dem eigenen Körpergewicht. Mehrere Muskelketten werden beansprucht, Bewegungsabläufe aus dem Alltag sowie sportartspezifische Anforderungen trainiert. Der Körper wird bewusst in eine instabile Situation gebracht, wodurch er u.a. über seine Muskelschlingen ausbalancieren muss. Übungen, die Schnellkraft, Balance, Stabilität, Flexibilität, Kraft und Ausdauer verbessern.

„Brain Gym“ - erstmal ein Fragezeichen im Kopf? Hier werden durch Konzentration, Bewegung und Geschicklichkeit, spielerisch unsere Synapsen trainiert, die Propriozeptoren, die für schnelle Reaktionen zuständig sind. Auch eine gute Sturzprophylaxe – nicht nur für Ältere!

Der letzte Teil unseres Workshops dreht sich um Rückenfitness. Verschiedene Trainingsmöglichkeiten für den gesunden Rücken werden aufgezeigt, um unsere Kurse abwechslungsreicher und zielorientierter zu gestalten.

Termin: Samstag, 16.05.2020 – 10.00 bis 17.00 Uhr
Ort: Waldschulturnhalle, An der Waldschule 5, 63791 Karlstein-Großwelzheim
Teilnehmer: Übungsleiter/ Interessierte
Referentin: Ilona Müller, Aerobic- und Fitnesstrainerin, Fitnessfachwirtin BSA
 Instructorin für HipHop, Riverdanceation, Danceation, Bodytoning
 Aerobic- und Steptraining, Zumba-Trainerin
Gebühr: Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
 Sonstige Personen: 68 €

Mitzubringen: Gymnastikmatte, Verpflegung

Lizenzverlängerung: All - FuG - P - S - BLSV

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)

Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit

Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention

Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)

Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Workout Variations

LG-Nr. 20V55006

Workout variations: mit Tubes, Rubberbands, Kurzhanteln 4UE

Pool Noodle workout: Koordination, Rhythmusschulung,
propriozeptives Training, Spass 2UE

Entspannung: Stretch & Relax 2UE

Wir beginnen diesen Tag mit Workout Variationen.

Hier wird dir eine Vielzahl an Übungsvarianten zur Kräftigung des ganzen Körpers, mit Zuhilfenahme von Tubes, Rubberbands und Kurzhanteln, gezeigt. Damit Du auch dem letzten, noch so anspruchsvollem Fitnessfreak in Deinem Kurs, noch eine weitere Übungsvariante für sein Fitnesslevel geben kannst.

Spaßig geht es dann mit den Pool Noodle weiter. Hier werden Koordination, Rhythmus und Beweglichkeit trainiert. Lass Dich überraschen, was man alles mit diesem Trainingsgerät anstellen kann. Wir brauchen nicht unbedingt den Pool dazu.

Das dritte Trainingsmodul wird unser beliebtes Stretch&Relax Programm werden. Entspannungstechniken, Dehnübungen und meditative Relaxation stehen hier im Vordergrund.

Wunderbar, einen anstrengenden Tag oder Training zu beenden. Besser geht's nicht!

- Termin:** Sonntag, 17.05.2020 – 10.00 bis 17.00 Uhr
Ort: Waldschulturnhalle, An der Waldschule 5, 63791 Karlstein-Großwelzheim
Teilnehmer: Übungsleiter/ Interessierte
Referentin: Ilona Müller, Aerobic- und Fitnesstrainerin, Fitnessfachwirtin BSA
 Instructorin für HipHop, Riverdanceation, Danceation, Bodytoning
 Aerobic- und Steptraining, Zumba-Trainerin
Gebühr: Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
 Sonstige Personen: 68 €
Mitzubringen: Tubes, Rubberband, Kurzhantel, Poolnudel
Lizenzverlängerung: All - FuG - P - S - BLSV
 Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
 Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit
 Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention
 Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)
 Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Abwechslungsreiches Rückentraining LG-Nr. 20V55007

Rückentraining mit Redondoball, Tennisball und bewegter Entspannung
 (Wiederholung aus 2019!!!)

In diesem Seminar werden klassische Übungen aus dem Rückentraining variiert. Daneben werden viele Übungen mit dem Redondoball und Tennisball durchgeführt. Diese bieten neue Trainingsreize und Abwechslung und bestehende Rückentrainings. Eine besondere Variante der Entspannung stellen die bewegten Entspannungsübungen dar. Durch gezielte Bewegungen wird die Aufmerksamkeit auf den Körper gelenkt, dies hilft vielen Teilnehmern bei sich anzukommen. Ein abwechslungsreicher Tag mit vielen neuen Ideen und Übungen.

- Termin:** Samstag, 27.06.2020 – 9:00 bis 15:30 Uhr
Ort: Geplant: Zweifachsporthalle Berufsschulzentrum,
 63741 Aschaffenburg (Leider), Seidelstr. 4
Teilnehmer: Übungsleiter/ Interessierte
Referentin: Anna Maria Pröll,
 Dipl. Sportlehrerin, Yogalehrerin (BDY)
Gebühr: Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
 Sonstige Personen: 68 €
Mitzubringen: Gymnastikmatte, Redondoball, Tennisball, Verpflegung
Lizenzverlängerung: All - FuG - P - S - BLSV
 Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
 Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit
 Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention
 Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)
 Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Aufrichtung – von Fuß bis Kopf LG-Nr. 20V55008

Der Mensch tendiert im Laufe seines Lebens immer mehr dazu, der Schwerkraft nachzugeben. Die Versuche, diesen Prozess aufzuhalten, sind nicht immer erfolgreich. Schleichender Haltungsverfall und Dauerspannung sind häufig das Ergebnis.

Die Aufrichtung erfolgt nicht gegen, sondern mit der Schwerkraft. In diesem praxisorientierten Lehrgang werden Übungen vorgestellt, die unsere Teilnehmer bewusst in die Aufrichtung bringen. Von Fuß bis Kopf. Bewegungsmuster werden wahrgenommen, verbessert und in den Alltag integriert. Alles ohne großen Kraftaufwand, dafür mit viel Gefühl. Mit dem Ergebnis einer erhöhten Achsenstabilität und verbesserten Bewegungsfreiheit für die gesamte Wirbelsäule.

- Termin:** Samstag, 12.09.2020 - 10:00 bis 17:00 Uhr
Ort: Waldschulturnhalle, An der Waldschule 5, 63791 Karlstein-Großwelzheim
Teilnehmer: Übungsleiter/ Interessierte
Referentin: Daniela Ludwig,
 Dipl.-Sportlehrerin für Prävention und
 Rehabilitation, Buteyko-Atemtechnik, Sporttherapie
- Gebühr:** Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
 Sonstige Personen: 68 €
- Mitzubringen:** Gymnastikmatte, Verpflegung
Lizenzverlängerung: All - FuG - P - S - BLSV
 Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
 Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit
 Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention
 Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)
 Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Wohltaten für den Rücken LG-Nr. 20V55009

Ein gesunder Rücken liebt die Vielfalt. Kräftigende, stabilisierende und beweglichkeitsfördernde Übungen und koordinative Bewegungskombinationen setzen Akzente für Muskeln, Gelenke und Faszien. Ein idealer Mix aus neueren Bewegungskonzepten bringt den Stoffwechsel auf Trab und wirkt präventiv gegen Rücken- und Gelenkschmerzen sowie lindernd bei chronischen Problemen des Bewegungsapparates. Inhalt:

- Theoretischer Einstieg: Aktuelle Studienlage zu Rückenschmerzen
- Beweglichkeit und Mobility
- Sensomotorisches Training: Balance und Koordination
- Bewegungskombinationen
- Übungen für einen entspannten Rücken

- Termin:** Sonntag, 13.09.2020 - 10:00 bis 17:00 Uhr
Ort: Waldschulturnhalle, An der Waldschule 5, 63791 Karlstein-Großwelzheim
Teilnehmer: Übungsleiter/ Interessierte

- Referentin:** Daniela Ludwig,
Dipl.-Sportlehrerin für Prävention und
Rehabilitation, Buteyko-Atemtechnik, Sporttherapie
- Gebühr:** Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
Sonstige Personen: 68 €
- Mitzubringen:** Gymnastikmatte, Verpflegung
- Lizenzverlängerung:** All - FuG - P - S - BLSV
Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit
Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention
Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)
Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Pilates Training mit Kleingeräten

LG-Nr. 20V55010

Üblicherweise nutzt man Kleingeräte in der Gymnastik, um durch den erhöhten Widerstand eine Steigerung der Übungsintensität zu erreichen oder den Schwierigkeitsgrad auf andere Weise zu erhöhen. Im Pilates Training werden Kleingeräte nicht nur dazu benutzt. Vielmehr dienen sie eher zur Verdeutlichung des Sinns der Übung. Sie erleichtern es, die Übung besser zu erfassen und des Wirkungsgrads nicht nach erhöhtem Widerstand zu messen. Bewegungsführungen erleichtern die präzise Übungsdurchführung und das Finden der so wichtigen Pilates Trainingsprinzipien.

Wir erklären, wie das gemeint ist und wie man die verschiedenen Kleingeräte in dieser Art und Weise einsetzt.

Verändere ein wenig den Focus und die Übung wird eine ganz Neue werden!

- Termin:** Samstag, 24.10.2020 – 10.00 bis 17.00 Uhr
- Ort:** Pilates-Zentrum-AB, Bodelschwinghstrasse 10b, 63739 Aschaffenburg
- Teilnehmer:** Übungsleiter/ Interessierte – max 25 Personen
- Referent:** Jörg Arnold, Pilates Trainer
- Gebühr:** Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
Sonstige Personen: 68 €
- Mitzubringen:** Schreibzeug, bequeme Sportkleidung ohne Schuhe,
barfuß bzw. in Socken,
- Lizenzverlängerung:** All - FuG - P - S – BLSV
Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit
Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention
Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)
Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Entspannte Bewegung, Meditation und Phantasiereisen zum Wohlfühlen und Auftanken

LG-Nr. 20V55011

In diesem Seminar werden wir entspannende und stressabbauende Bewegungen aus dem Qi Gong, der Feldenkraislehre und anderen Verfahren durchführen. Das Hauptziel dabei ist es entspannt im eigenen Körper anzukommen und sich wohl zu fühlen. Es wird vermittelt, was Meditation ist und wie man sie in verschiedenen Stundenformaten integrieren kann oder für sich selbst nutzen kann. Außerdem werden unterschiedliche Phantasiereisen durchgeführt, welche regenerierend und stabilisierend wirken können.

Termin: Samstag, 31.10.2020 – 9:00 bis 15:30 Uhr
Ort: Geplant: Zweifachsporthalle Berufsschulzentrum,
63741 Aschaffenburg (Leider), Seidelstr. 4
Teilnehmer: Übungsleiter/ Interessierte
Referentin: Anna Maria Pröll,
Dipl. Sportlehrerin, Yogalehrerin (BDY)
Gebühr: Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
 Sonstige Personen: 68 €

Mitzubringen: Gymnastikmatte, Verpflegung

Lizenzverlängerung: All - FuG - P - S – BLSV

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)

Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit

Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention

Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)

Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Mobil und Stabil mit koordinativem Kraft- und Beweglichkeitstraining

LG-Nr. 20V55012

Termin: Samstag, 05.12.2020 – 10.00 bis 17.00 Uhr
Ort: Waldschulturnhalle, An der Waldschule 5, 63791 Karlstein-Großwelzheim
Teilnehmer: Übungsleiter/ Interessierte
Referentin: Sonja Hergert, Sportwissenschaftlerin M.A., Staatl. anmerk.
 Physiotherapeutin
Gebühr: Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV Mitglied sind: 45 €
 Sonstige Personen: 68 €

Mitzubringen: Gymnastikmatte, Verpflegung,

Lizenzverlängerung: All - FuG - P - S – BLSV

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)

Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit

Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention

Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)

Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Allgemeine Lehrgangsbedingungen:

1. Meldebestimmungen:

- Anmeldungen müssen grundsätzlich schriftlich, über Anmeldeformular oder Email erfolgen.
- Jede Anmeldung ist verbindlich und wird in postalischer Reihenfolge bearbeitet.
- Nach Anmeldung muss die Teilnahmegebühr innerhalb von 10 Tagen überwiesen werden, ansonsten verliert die Anmeldung ihre Gültigkeit. Bei Überweisung immer die Lehrgangsnummer mit angeben!
- Der Turngau Main-Spessart behält sich vor, Lehrgänge aufgrund von ungenügender Teilnehmerzahl oder anderer Umstände abzusagen.
- Ebenfalls behält er sich Termin-, Orts- und Zeitplanänderungen vor.

2. Rücktrittsregelungen:

- Jeder Rücktritt muss grundsätzlich schriftlich und ausschließlich an die Geschäftsstelle erfolgen.
- Der Teilnehmer kann bis **14 Tage** vor Beginn der Veranstaltung schriftlich zurücktreten. Es wird eine Bearbeitungsgebühr von 5 € einbehalten.
- Bei späterer schriftlicher Abmeldung beträgt die Kostenpauschale 100%, wenn kein ärztliches Attest innerhalb von 7 Tagen vorgelegt wird.

3. Teilnahmebestätigungen:

Die aktive Teilnahme über die angegebene Lehrgangsdauer ist Voraussetzung für den Erhalt der Teilnahmebestätigung über 8 Unterrichtseinheiten.

4. Versicherungsschutz:

Versicherungsschutz genießen die teilnehmenden Sport- und Turnvereinsmitglieder im Rahmen der bestehenden Vereinsversicherung. Für Nichtvereinsmitglieder besteht während Aus-, Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen des Turngaus Main-Spessart kein Versicherungsschutz über die ARAG-Sportversicherung.

5. Lizenzverlängerungsmodus:

Eine Lizenz ist zukünftig ab dem Verlängerungsdatum für 4 Jahre und die restlichen Tage bis zum Quartalsende gültig. Ausschlaggeben für das Verlängerungsdatum ist immer der zuletzt besuchte Lehrgang zur Lizenzverlängerung.

6. Unterlagen zur Lizenzverlängerung (müssen zum Lehrgang mitgebracht werden)

- Bescheinigung(en) über 15 LE/UE
- Übungsleiterausweis im Original

7. Datenschutz:

Die über das Anmeldeformular gesendeten Kontaktdaten werden vom Turngau Main-Spessart nur zum Zwecke der Lehrgangsabwicklung genutzt. Eine Weitergabe der Daten an den BTV – Bayerischer Turnverband – erfolgt nur zum Zwecke der Lizenzverlängerung.

Alle Informationen und Regelungen unsere Lehrgänge betreffend findet ihr in der Rubrik Lehrgänge auf <http://www.turngau-main-spessart.de>

Diese Ausgabe der Gauzeitung kann auch unter www.turngau-main-spessart.de heruntergeladen werden!