

# Turnen in Rheinland-Pfalz

11 2010  
November 2010

G 4927



## Aktiv 2011



**Kurs- und Wettkampfprogramm**  
der Turnverbände Mittelrhein und Rheinhessen  
DTB-Akademie

turnen bewegt

www.fratufa.de

# Die Welt des Sports



Schulsport · Breitensport · Leistungssport · Gymnastik · Fitness · Therapie

*Hauptkatalog 2010/2011 jetzt kostenlos anfordern!*

# FRATUFA®

# SPORTGERÄTE

Tel. 06233/379370 · Fax: 06233/379399 · info@fratufa.de · www.fratufa.de  
Beindersheimer Str. 104 · 67204 Frankenthal



Die Turnverbände sind die größte Sportgemeinschaft für Turnen, Gymnastik, Freizeit und Gesundheitssport in Rheinland-Pfalz.

Die Turnbewegung bietet lebensbegleitende Fitness. Das historisch-gewachsene, vielfältige Bewegungsangebot liegt voll im Trend.

Unser umfassendes Fitness- und Gesundheitsangebot für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Eltern und Familien ist uns ein zentrales Anliegen. Das vielseitige Profil „turnen“ ist unübertrefflich.

Unsere Sportarten ermöglichen vielfältige Aktivitäten im Freizeit, Breiten- und Gesundheitssport bis zum Leistungssport.

Unsere Marken: Turnen, Kinderturnen und Gymwelt sind zeitgemäß. Unsere Mitglieder sind aktiv, motiviert und gesundheitsbewusst. Dies alles ist unter der Marke „turnen bewegt“ zusammengefasst.

Die Turnverbände brauchen ein „Leuchtturmprojekt“ (Leuchtturmprojekt) „turnen bewegt“.

#### ➤ Turnen bewegt durch Fairness und Spitzenqualität

- Wir sind die Nr. 1 für preiswerte Sportangebote mit Qualitätssicherung, die sich jeder leisten kann.

#### ➤ Turnen bewegt durch Vielfalt

- Turnen erfüllt optimal den Wunsch nach vielseitigen, flexiblen und individuellen Bewegungsangeboten für alle Altersgruppen.

#### ➤ Turnen bewegt durch Pioniergeist

- Die Turnverbände arbeiten fortlaufend an der Integration innovativer Bewegungsangebote mit modernsten Trainingsmethoden und an der hochqualitativen Grundlagenausbildung für Kinder.
- Turnen ist Trendsetter und Kinderstube des Sports. 50 % der Kinder im organisierten Sport sind Mitglied im Turnverein.

#### ➤ Turnen bewegt durch Tradition

- 200 Jahre machen aus Erfahrung Tradition
- Turnen und Gymnastik ist die Antwort auf zeitgemäße und individuelle Bewegungsangebote im Verein.

#### ➤ Turnen bewegt durch Gesundheit

- Ohne Bewegung werden wir an den Gesundheitskosten ersticken.
- Turnen ist die Antwort auf wachsende Nachfrage nach Gesundheitssport

#### ➤ Turnen bewegt durch Gemeinschaft

- Turnen erfüllt das Bedürfnis nach Bewegung in der Gemeinschaft, wirkt als „Sozial-Kitt“ der Individual – Gesellschaft und fördert die Teamfähigkeit.

#### „turnen bewegt Menschen“

Wir freuen uns, auf alle die sich mit uns bewegen, bei der Internationalen Gymnastrada Rheinland-Pfalz vom 23. – 26. Juni 2011 anlässlich

der Bundesgartenschau in Koblenz. Gymnastrada ist „turnen auf der Straße“ und meint damit, dass Turnen in seiner schönsten Form – als Showvorführung – auf die Straße bzw. unter die Menschen gebracht wird. Wir laden alle Vereine mit ihren Turnerinnen und Turnern sowie alle interessierten Organisationen aus dem In- und Ausland zur Internationalen BUGA-Gym 2011 nach Koblenz ein.

Mit unserer Gymnastrada wollen wir ein bewegtes Fest gestalten.

#### Herzlich Willkommen!

„turnen bewegt“ Menschen, „Bewegte“ Menschen sind gesünder.

Dazu brauchen wir Menschen die Bewegen. Im nächsten Jahr wollen wir uns verstärkt dem Kinderturnen und der Vereinsberatung widmen.

Wir sagen allen Übungs- und Abteilungsleitern, allen Vereinsvorsitzenden, allen Vereinsvorständen, allen Mitarbeitern in den Turngauen, Danke für die bewegte Arbeit im Jahr 2010.

Wir danken den Aktiven bei den Wettkämpfen und den aktiven Teilnehmern bei unseren Aus- und Fortbildungen.

Bleiben Sie in Bewegung und bewegen Sie, durch „turnen“.

Michael Mahlert  
Präsident  
Turnverband Mittelrhein

Detlef Mann  
Präsident  
Rhein Hessischer Turnerbund

# Inhaltsverzeichnis

## Allgemeines

Grußwort	3
Kalender 2011, Ferientermine	4
Wir sind zu erreichen	5
Terminübersicht	7
Allgemeine Geschäftsbedingungen	21
Informationen über Sonderurlaub	22
<b>Übungsleiter-Ausbildungen</b>	
Ausbildungssystem	23
Übungsleiter-Ausbildung	24

## Fortbildungen und Veranstaltungen

<b>TUR E</b>	Geräturnen	45
<b>KI DERTUR E</b>	Kinderturnen	46
	Mittelrheinische Turnerjugend	49
<b>G MWELT</b>	Tanz und Show	54
	Funktionelle Gymnastik	56
	allg. Herz-Kreislauf-Training	75
	Rope Skipping	76
	Aerobic	80
	Entspannung	82
	Turnen der Iteren	84
	Wandern	84
	Leichtathletik	85
	Mehrkämpfe	85
	TVM-Reisen	86

## Meisterschaften und Lehrgänge Leistungssport

<b>TUR E</b>	Geräturnen und Kampfrichterwesen männlich	98
	Geräturnen und Kampfrichterwesen weiblich	98
	Rhythmische Sportgymnastik	108
	Trampolinturnen	110
	Rhönradturnen	113
	Orientierungslauf	116

## Meisterschaften und Lehrgänge Turnspiele

<b>TUR SPIELE</b>	Faustball	121
	Prellball	122
	Korbball	123
	Indiaca	123

## Anschriften

Turnverband Mittelrhein	125
Rhein Hessischer Turnerbund	129-

## Meldefomulare

ab 138

## Mein Turnkalender

143

## Kalender 2011

	Januar	Februar	März
Mo	3 10 17 24 31	7 14 21 28	7 14 21 28
Di	4 11 18 25	1 8 15 22	1 8 15 22 29
Mi	5 12 19 26	2 9 16 23	2 9 16 23 30
Do	6 13 20 27	3 10 17 24	3 10 17 24 31
Fr	7 14 21 28	4 11 18 25	4 11 18 25
Sa	1 8 15 22 29	5 12 19 26	5 12 19 26
So	2 9 16 23 30	6 13 20 27	6 13 20 27

	April	Mai	Juni
Mo	4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 13 20 27
Di	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
Mi	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29
Do	7 14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30
Fr	1 8 15 22 29	6 13 20 27	3 10 17 24
Sa	2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25
So	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26

	Juli	August	September
Mo	4 11 18 25	1 8 15 22 29	5 12 19 26
Di	5 12 19 26	2 9 16 23 30	6 13 20 27
Mi	6 13 20 27	3 10 17 24 31	7 14 21 28
Do	7 14 21 28	4 11 18 25	1 8 15 22 29
Fr	1 8 15 22 29	5 12 19 26	2 9 16 23 30
Sa	2 9 16 23 30	6 13 20 27	3 10 17 24
So	3 10 17 24 31	7 14 21 28	4 11 18 25

	Oktober	November	Dezember
Mo	3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 26
Di	4 11 18 25	1 8 15 22 29	6 13 20 27
Mi	5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28
Do	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29
Fr	7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30
Sa	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31
So	2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25

## Gesetzliche Feiertage 2011

1. Januar (Neujahr) · 22. April (Karfreitag) · 24./25. April (Ostern) · 1. Mai (Tag der Arbeit) · 2. Juni (Christi Himmelfahrt) · 12./13. Juni (Pfingsten) · 23. Juni (Fronleichnam) · 3. Oktober (Tag der Deutschen Einheit) · 1. November (Allerheiligen) · 25./26. Dezember (Weihnachten)

## Schulferien 2011

Land	Ostern	Sommer	Herbst	Weihnachten
Baden-Württbg.	26.04.-30.04.	28.07.-10.09.	02.11.-04.11.	23.12.-05.01.
Bayern	18.04.-30.04.	30.07.-12.09.	31.10.-05.11.	27.12.-05.01.
Berlin	18.04.-30.04.	30.06.-12.08.	04.10.-14.10.	23.12.-03.01.
Brandenburg	20.04.-30.04.	30.06.-13.08.	04.10.-14.10.	23.12.-03.01.
Bremen	16.04.-30.04.	07.07.-17.08.	17.10.-29.10.	23.12.-04.01.
Hamburg	26.04.-29.04.	30.06.-10.08.	04.10.-14.10.	27.12.-06.01.
Hessen	18.04.-30.04.	27.06.-05.08.	10.10.-22.10.	21.12.-06.01.
Meckl.-Vorp.	16.04.-27.04.	04.07.-13.08.	17.10.-21.10.	22.12.-03.01.
Niedersachsen	16.04.-30.04.	07.07.-17.08.	17.10.-29.10.	23.12.-04.01.
Nordrhein-Westf.	18.04.-30.04.	25.07.-06.09.	24.10.-05.11.	23.12.-06.01.
Rheinland-Pfalz	18.04.-29.04.	27.06.-05.08.	04.10.-14.10.	22.12.-06.01.
Saarland	18.04.-30.04.	24.06.-06.08.	04.10.-15.10.	23.12.-04.01.
Sachsen	22.04.-30.04.	11.07.-19.08.	17.10.-28.10.	23.12.-02.01.
Sachsen-Anhalt	18.04.-27.04.	11.07.-24.08.	17.10.-22.10.	22.12.-07.01.
Schleswig-Holst.	15.04.-30.04.	04.07.-13.08.	10.10.-22.10.	23.12.-06.01.
Thüringen	18.04.-30.04.	11.07.-19.08.	17.10.-28.10.	23.12.-01.01.

# Ansprechpartner

## Wir sind zu erreichen

### Turnverband Mittelrhein,

Rheinau 10, 56075 Koblenz, Telefon 0261/135150, Fax 0261/135159  
E-Mail: [geschaeftsstelle@tvm.org](mailto:geschaeftsstelle@tvm.org) / Internet: <http://www.tvm.org>

Foto	Ansprechperson	Telefondurchwahl / E-Mail	zuständigkeitsbereiche
	Stefan Lenz	0261/135-150 <a href="mailto:geschaeftsstelle@tvm.org">geschaeftsstelle@tvm.org</a>	Geschäftsführung / Marketing / Verwaltung / Organisation
	Melanie Nillius	0261/135-150 <a href="mailto:geschaeftsstelle@tvm.org">geschaeftsstelle@tvm.org</a>	Sekretariat / Ehrungen / Gymmotion / ffentlichkeitsarbeit / Showbühnen
	Kerstin Sprenger	0261/135-154 <a href="mailto:geschaeftsstelle@tvm.org">geschaeftsstelle@tvm.org</a>	Sekretariat / Ehrungen / Gymmotion / ffentlichkeitsarbeit / Showbühnen
	Rolf Mäckler	0261/135-152 <a href="mailto:tju@tvm.org">tju@tvm.org</a>	Jugend, Freizeiten, Mitgliederverwaltung, Technische Organisation, TVM-Reisen
	Christine Brodmann	0261/135-156 <a href="mailto:oeffentlichkeitsarbeit@tvm.org">oeffentlichkeitsarbeit@tvm.org</a>	Jugend, Freizeiten, Mitgliederverwaltung, Technische Organisation, TVM-Reisen
	Hans-Peter Kress	0261/135-153 <a href="mailto:referent-ausbildung@tvm.org">referent-ausbildung@tvm.org</a>	Aus- und Fortbildungen, DTB- Akademie, Wettkämpfe Pluspunkt Gesundheit.DTB, Passstelle
	Andrea Frank	0261/135-158 <a href="mailto:ausbildung@tvm.org">ausbildung@tvm.org</a>	Aus- und Fortbildungen, DTB- Akademie, Wettkämpfe Pluspunkt Gesundheit.DTB, Passstelle
	Michael Kayser	0261/135-157 <a href="mailto:edv@tvm.org">edv@tvm.org</a>	PR, EDV, Internet, Finanzen
	Agneta Terebesi	0261/135-155 <a href="mailto:buchfuehrung@turnen-rlp.de">buchfuehrung@turnen-rlp.de</a>	Finanzen

### TVM-Sportmarketing GmbH,

Rheinau 10, 56075 Koblenz, Telefon 0261/135-150, Telefax 0261/135-159, E-Mail: [info@tvm.org](mailto:info@tvm.org)

### Rhein Hessischer Turnerbund,

Geschäftsstelle und Turnerheim, Jahnstr. 4, 55124 Mainz, Telefon 06131/94170,  
Fax 06131/941717, E-Mail: [info@rhtb.org](mailto:info@rhtb.org) / Internet: <http://www.rhtb.org>

Foto	Ansprechperson	Telefondurchwahl / E-Mail	zuständigkeitsbereiche
	Carsten Petry	06131/9417-11 <a href="mailto:geschaeftsstelle@rhtb.org">geschaeftsstelle@rhtb.org</a>	Geschäftsführer, Marketing, Veranstaltungs- organisation, allgemeine Beratung
	Charlotte Giric	06131/9417-13 <a href="mailto:ausbildung@rhtb.org">ausbildung@rhtb.org</a>	Lehrarbeit, Übungsleiteraus- und -fortbildung, Lizenzverlängerung
	Christina Hammerle	06131/9417-0 <a href="mailto:verwaltung@rhtb.org">verwaltung@rhtb.org</a>	Organisation Lehrgänge, Passwesen, Ehrungen
	Roswitha Fiskus	06131/9417-0 <a href="mailto:info@rhtb.org">info@rhtb.org</a>	Kassenwesen, Hausverwaltung
	Rainer Jordan (Mo-Mi 09.00-16.00 Uhr)	06131/9417-14 <a href="mailto:oeffentlichkeit@rhtb.org">oeffentlichkeit@rhtb.org</a>	ffentlichkeitsarbeit, EDV, Bestandserhebung, Wettkampfororganisation
	Anne Krieger (Di Do 08.30-12.30 Uhr)	06131/9417-12 <a href="mailto:gesundheitssport@rhtb.org">gesundheitssport@rhtb.org</a>	Vereinsberatung Gesundheitssport
	n.n.	06131/9417-14 <a href="mailto:kinderturnen@rhtb.org">kinderturnen@rhtb.org</a>	Kinderturnen, Jugend

# IHRE WELT

---

## DURCH UNSERE AUGEN

Der Turnverband Mittelrhein und seine Fördergesellschaft TVM-Sportmarketing GmbH bieten mit ihrem neuen Kooperationspartner ISDC, bekannt durch das Showhighlight »GYMMOTION«, einen einmaligen Eventservice an. ISDC realisiert unvergessliche Shows für unterschiedlichste Anlässe, in jeder Größenordnung und einem garantierten Ergebnis: völlig begeisterte Menschen. Wenn Sie Ihrem Publikum eine perfekte Show präsentieren wollen, sprechen Sie mit uns und lehnen Sie sich entspannt zurück.

**ISDC bietet Ihnen alle Leistungen aus einer Hand:**

**Komplette Live Events, Product Shows, Sport Events, Fashion Shows, Musicals und Sport & Dance Shows.**



Showkonzepte | Firmen- und Vereinsjubiläen | Künstlervermittlung | Sportstars | Videostudio | Musikstudio | Catering



# Terminübersicht 2011

## Termine 2011

	Datum	Veranstaltung
<b>DTB/FIG</b>	21.-23. Januar	DTB-Turngau-Konferenz, Frankfurt
	01.-10. April	4. Turn-Europameisterschaften GT m w, Berlin
<b>Rheinland-Pfalz</b>	10.-16. Juli	Welt-Gymnastrada, Lausanne (SUI)
	17.-18. September	Deutsche Mehrkampfmeisterschaften, Einbeck
<b>TVM</b>	11.-13. November	DTB-Pokal, Stuttgart
	23.-26. Juni	BUGA-Gym, Internationale Gymnastrada Rheinland-Pfalz, Koblenz
	Datum	Veranstaltung
<b>RhTB</b>	19. März	Happy Gymnastics, Koblenz
	19. März	Rendezvous der Besten, Koblenz
	19. März	TuJu-Stars des TVM und RhTB, Koblenz
	02. April	Infoveranstaltung - Jubiläen der Vereine, Koblenz
	25. März	Fachtagung „Bewegung im Kindergarten“, Niederwörresbach
	21. Mai	Fitness- und Aerobic-Convention, Montabaur
	04./05. Juni	TVM-Sommerfest und Meisterehrung (Sa, 04. Juni), Autohaus Löhr Automobile, Koblenz
	04./05. Juni	Deutschland-Cup Gerätturnen männlich und weiblich, Bad Ems
	18. September	Happy Gymnastics anl. Schängelmarkt, Koblenz
	21. Oktober	Fachtagung „Bewegung im Kindergarten“, Diez
	22. Oktober	Infoveranstaltung - Jubiläen der Vereine, Koblenz
	29. Oktober	FLE' I-SPORTS-Convention, Koblenz
	02. Dezember	Gymmotion - Die Faszination des Turnens, Koblenz
10. Dezember	Gymmotion - Die Faszination des Turnens, Ludwigshafen	
<b>RhTB</b>	28. Mai	Dance-Cup, Mainz
	18./19. Juni	RhTB-Sommerfest, Autohaus Löhr Automobile Mainz
	18. Juni	Meisterehrung RhTB, Autohaus Löhr Automobile Mainz
	19. Juni	<b>RhTB-Showtanz-Turnier</b> , Autohaus Löhr Automobile Mainz
	12. November	Lehrtagung Gesundheit und Prävention, Ingelheim

## Vorschau 2012/13

	Datum	Veranstaltung
<b>RhTB</b>	15. Juni 2012	Jubiläum 150 Jahre Rhein Hessischer Turnerbund
<b>FdG de Portugal</b>	n.n.	8. EUROG M 2012, Coimbra, Portugal
<b>IOC / FIG / DTB</b>	27. Juli -12. August 2012	30. Olympische Sommerspiele, London
<b>DTB</b>	17.-19. August 2012	90. Friedrich-Ludwig-Jahn-Turnfest, Freyburg/U.
<b>DTB</b>	15.-16. September 2012	Deutsche Mehrkampfmeisterschaften, n.n.
<b>DTB</b>	18.-25. Mai 2013	Internationales Deutsches Turnfest 2013, Metropolregion Rhein-Neckar, Mannheim/ Heidelberg/Ludwigshafen

# Chronologische Übersicht 2011

Datum	TVM	RhTB	Fachgebiet	Maßnahme
<b>November 2010</b>				
25.-29.11.	x		Schneesport und Touristik	Saisonopening, Stubaital
25.-29.11.	x		ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit / Natursport Winter“, Praxis I, Stubaital
25.-29.11.	x		Schneesport und Touristik	TVM-Fortbildungslehrgang, Ski und Snowboard, Stubaital
<b>Januar</b>				
02.-08.01.	x		Schneesport und Touristik	Alpin-Ski, Ratschings
15.01.	x		Gerätturnen weiblich (TG)	Kampfrichter D-Lizenz Neuausbildung 1
15.-22.01.	x		Schneesport und Touristik	Dolomiti-Superski, Wolkenstein
15.-22.01.	x		Schneesport und Touristik	Schnee-Genial, Saas
16.01.	x		Prellball	2. Landesligaspieltag Saison 2010/2011, Männer 50/60, Raum Neuwied
16.01.	x		Gerätturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „Gerätturnen P6-P9, Teil 1“, Ransbach-Baumbach
21.-23.01.	x		DTB-Trainer	DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Stufe 4, Koblenz
21.-23.01.		x	Lehrarbeit	C-Trainer Fitness und Gesundheit Natursport Winter - Basisqualifikation, Mainz
22.01.	x		Rope Skipping	ÜL-Fortbildung „Einführung in das Rope Skipping“, Koblenz
22.01.	x		Gerätturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „Allgemeines Boden- und Gerätturnen I“
22.01.	x		Gerätturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „Gerätturnen Teil 1“, Monzingen
22.01.	x		Rope Skipping (TG)	ÜL-Fortbildung „Workshop für Anfänger und leicht Fortgeschrittene“, Bad Münster
22.01.	x		Gerätturnen weiblich (TG)	Leistungslehrgang für Turnerinnen, Ransbach-Baumbach
22./23.01.	x		Rhönradturnen	Kampfrichter-Aus- und Fortbildung Stufe 2, Teil 1 - 2, Koblenz
23.01.	x		Gerätturnen männlich	Trainer-Fortbildung, Koblenz
28.-30.01.		x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Gerätturnen m w, Mainz - Teil 1
29.01.	x		Gerätturnen weiblich	Kampfrichter-Fortbildung Kür, Koblenz
<b>Februar</b>				
05.02.	x		Tanz und Show	ÜL-Fortbildung „Dance und Techniktraining - Ein Tag voller Tanz und Leidenschaft!“, Koblenz
05.02.	x		Aerobic	ÜL-Fortbildung „Rund um das Step - Step by Step - und Kräftigung“, Koblenz
05.02.	x		Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Koordinative Grundlagen zum Gerätturnen“, Koblenz
05.02.	x		Rhönradturnen	Kampfrichter-Ausbildung Stufe 2, Teil 3 incl. Prüfung, Koblenz
05.02.	x		Rhönradturnen	Vorbereitung 1. WM- ualifikation incl. Leistungslehrgang, Ahrweiler
05.02.	x		Rope Skipping (TG)	ÜL-Fortbildung „Workshop für weit Fortgeschrittene (Wettkampf)“, Idar-Oberstein
05.02.	x		Gerätturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „Gerätturnen P6-P9, Teil 2“, Ransbach-Baumbach
06.02.	x		Rope Skipping	Mittelrheinische und Pfälzische Meisterschaften im Team-Wettkampf Rope Skipping T2, Idar-Oberstein
06.02.	x		Gerätturnen weiblich (TG)	Kampfrichter D-Lizenz Neuausbildung 2
11.-13.02.	x		DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 4, Koblenz
11.-13.02.		x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Gerätturnen m w, Mainz - Teil 2
11.-13.02.	x		Trampolinturnen	Leistungslehrgang, Bad Kreuznach
12.02.	x		Gerätturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „Gerätturnen Teil 2“, Monzingen
12.02.	x		Funktionelle Gymnastik (TG)	ÜL-Fortbildung „Fitness mit dem Pezziball“, Kastellaun
13.02.	x		Gerätturnen weiblich (TG)	Leistungslehrgang für Turnerinnen, Ransbach-Baumbach
18.-20.02.		x	DTB-Weiterbildung	DTB- Weiterbildung Stressbewältigung Mainz
19.02.	x		Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Handstand, eine Welt steht Kopf“, Koblenz
19.02.	x		Gerätturnen weiblich	Kampfrichter-Fortbildung P-Stufen und KM, Koblenz

# Chronologische Übersicht 2011

19./20.02.	x	DTB-Trainer	DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Stufe 5, Koblenz
20.02.	x	Herz-Kreislauf-Training	ÜL-Fortbildung „Aqua-Fitness - Anwendung verschiedener Geräte sowie Kleine Spiele im Wasser“, Koblenz
20.02.	x	Rhönradturnen	Vorbereitung 1. WM- Qualifikation incl. Leistungslehrgang, Ahrweiler
20.02.	x	Funktionelle Gymnastik (TG)	WWW - Weiterbildung, Wohlfühlen, Wellness“ Bad Sobernheim
25.-27.02.	x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Gerättturnen m w, Mainz - Teil 3
25.-27.02.	x	Lehrarbeit	C-Trainer Fitness und Gesundheit Natursport Winter - Nordic / Theorie
26.02.	x	Kinderturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „BabyMove“, Kröv
26.02.	x	Gerättturnen weiblich (TG)	Kampfrichter-Fortbildung D-Lizenz
26.02.	x	Rhythmische Sportgymnastik	TVM-Meisterschaft - Einzel und Gruppe, Koblenz
26./27.02.	x	Trampolinturnen	Kampfrichterausbildung, Bad Kreuznach oder Wittlich
27.02.	x	Fortbildung	DTB Tagesspecial „BodyMind Dreams“ Mainz

## März

n.n.	x	Faustball	Schnupperlehrgang für Bambinis
n.n.	x	Faustball	Vereinsvertretertagung
06.03.	x	Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Das Abenteuer im Land der bunten Träume“, Koblenz
12.03.	x	Gerättturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „Allgemeines Boden- und Gerättturnen II“
12.03.	x	Mehrkämpfe	Lehrgang „Lauf und Weitsprung - Verbesserung der Technik“, Boppard
12.03.	x	Gerättturnen männlich	Kampfrichter-Neuausbildung, Koblenz
12.03.	x	Rope Skipping (TG)	ÜL-Fortbildung „Chinese Wheel und Double Dutch“, Kirn
12.03.	x	Rope Skipping (TG)	ÜL-Fortbildung „Chinese Wheel und Double Dutch“, Idar-Oberstein
12.-13.03.	x	Fortbildung	RhTB Fortbildungswochenende iGong Mainz
13.03.	x	Funktionelle Gymnastik	ÜL-Fortbildung „Be in Balance“, Koblenz
13.03.	x	Trampolinturnen	Landesmannschaftsmeisterschaften, Koblenz
18.-20.03.	x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Gerättturnen m w, Mainz - Teil 4
18.-20.03.	x	Gerättturnen weiblich	Kampfrichter-Neuausbildung C-Lizenz Bereich P-Stufen, Koblenz
19.03.	x	x	Veranstaltung
19.03.	x	x	Veranstaltung
19.03.	x		Veranstaltung
19.03.	x		Funktionelle Gymnastik (TG)
19.03.	x		Mittelrheinische Turnerjugend
19.03.	x		Rope Skipping (TG)
19.03.	x		Gerättturnen männlich
19.03.	x		Gerättturnen weiblich (TG)
19.03.	x		Entspannung (TG)
19.-20.03.	x		Ausbildung
20.03.	x		Aerobic
20.03.	x		Indiaca
25.03.	x		Veranstaltung
25.-27.03.	x		Ausbildung
25.-27.03.	x		Ausbildung
25.03.-01.04.	x		TVM-Reisen
26.03.	x		Fortbildung
26.03.	x		Trampolin
26.03.	x		Orientierungslauf
26.03.	x		Orientierungslauf
26./27.03.	x		Entspannung
27.03.	x		Trampolinturnen

# Chronologische Übersicht 2011

## April

n.n.	x		Faustball	Schiedsrichter-Aus- und Fortbildung Gruppe Süd
01.-03.04		x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Gerätturnen m w, Mainz - Teil 5
01.-03.04		x	Ausbildung	2. Lizenzstufe Sport in der Prävention „Haltung · Bewegung“ Mainz
02.04.	x		Veranstaltung	Infoveranstaltung - Jubiläen der Vereine, Koblenz
02.04.	x		Turnen der Älteren	ÜL-Fortbildung „Brain-Fitness - Mit Köpfchen in Bewegung“, Koblenz
02.04.		x	Fortbildung	Kitu on Tour „Psychomotorik“ Turngau Mainz
02.04.		x	Fortbildung (TG)	Trainerfortbildung GT m, Turngau Mainz, Gau-Bischofsheim
02.04.	x	x	Rhönradturnen	Rheinland-Pfalz-Meisterschaft, Polch
02.04.	x		Trampolinturnen	TVM-Meisterschaften Einzel- und Rahmenwettkampf, Wittlich
02./03.04.	x		DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 5, Koblenz
02./03.04.	x		Gerätturnen weiblich	TVM-Meisterschaften Einzel, TVM-Nachwuchsmeisterschaften Einzel, TVM-Cup, TVM-Seniorenmeisterschaften Einzel, uali RP-Meisterschaften und RP-Cup, uali Deutsche Jugendmeisterschaften und Deutsche Meisterschaften, uali Deutschlandpokal und -Cup, uali Deutsche Seniorenmeisterschaften, Bitburg
03.04.		x	Rope Skipping	Trainee Day • Trainingscamp für Anfänger, MZ-Gonsenheim
08.-10.04.	x		ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung C „Kinderturnen“ Teil 1, Koblenz
08.-10.04.	x		DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Pilates“ Stufe 1, Koblenz
08.-10.04.	x		Wandern	Basislehrgang Wandern 2. Teil
08.-11.04.	x		TVM-Reisen	Fahrt zur Turn-EM, Berlin
09.04.	x		Aerobic	ÜL-Fortbildung „Aerobic meets Dance“, Koblenz
09.04.	x		Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Zauberklang im SinnesWald“, Koblenz
09.04.	x		Gerätturnen männlich	Kampfrichter-Neuausbildung, Koblenz
09.04.		x	Gerätturnen m w (TG)	Gau-Meisterschaften GT Einzel m w, Turngau Worms, BIZ Worms
09.04.		x	Gerätturnen männlich (TG)	Gau-Meisterschaften GT Einzel m w, Turngau Mainz, NN
09.04.	x		Gerätturnen (TG)	Kampfrichter-Basis-Lehrgang allg. Boden- und Gerätturnen u. allg. Kinderturnen
09.04.	x		Gerätturnen (TG)	Übungsleiter- und Kampfrichterschulung für die P-Übungen, Frücht oder Nievern
09. od. 16.04.	x		Mehrkämpfe	Lehrgang „Kugel und Schleuderball - Verbesserung der Technik“, Idar-Oberstein
09.-10.04.		x	Gerätturnen m w (TG)	Hallenturnfest „Frühjahr“ Turngau Bingen, NN
10.04.	x		Tanz und Show	ÜL-Fortbildung „Zumba® easy moves“, Koblenz
10.04.	x		Rhönradturnen	Leistungslehrgang, Lahnstein
10.04.	x		Funktionelle Gymnastik (TG)	WWW - Weiterbildung, Wohlfühlen, Wellness“ Bad Sobernheim
10.04.	x		Rope Skipping (TG)	Offene Gaumeisterschaften Nahetal im Wettkampf E4, Niederwöresbach
15.-16.04.		x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Gerätturnen m w, Mainz - Teil 6 / Lehrproben
15.-17.04.	x		DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Entspannungstechniken“, Koblenz
15.-21.04.	x		ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung C „Kinderturnen“ Teil 2, Koblenz
16.04.	x		Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Der doppelte Spaß-Mix, Teil 1“, Koblenz
16.04.	x		Gerätturnen männlich	Kampfrichter-Neuausbildung, Koblenz
16.-17.04.		x	Leichtathletik (SB)	Fortbildung Kampfrichter LA, Seibersbach
16.-21.04.	x		DTB-Trainer	DTB-Trainer-Ausbildung „Aqua-Fitness“, Koblenz
16.-23.04.	x		Schneesport und Touristik	Ski-Alpin-Freizeit, Ratschings
16.-24.04.		x	Lehrarbeit	C-Trainer Fitness und Gesundheit Natursport Winter - Praxis, St. Jakob/Ahrntal
16.-25.04.	x		Schneesport und Touristik	Teenie-Ski- und Snowboardfactory, St. Leonhard/Brixen
18.-30.04.	x		Rhythmische Sportgymnastik	Ferienlehrgang
23.-30.04.	x		Schneesport und Touristik	Ski-Alpin-Freizeit, Ratschings
23.-30.04.	x		Schneesport und Touristik	Carven-Freeriden-SuperPipe · Kicks, Saas
24.04.-01.05.	x		Schneesport und Touristik	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit / Natursport Winter“, Praxis II, Pfunds/Nauders
26.04.-01.05.	x		ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Haltung und Bewegung“ Teil 1 incl. Special „Rücken-Aktiv“, Koblenz

# Chronologische bersicht 2011

30.04.	x	Mehrkämpfe	Lehrgang „Schwimmen, Wasserspringen und Tauchen - Verbesserung der Technik für die Jahnkämpfer“, Koblenz
<b>Mai</b>			
01.05.	x	Fortbildung	DTB Tagesspecial „Universelles Fitnessstraining für jedermann“ Mainz
06.-08.05.	x	Ausbildung	DTB Kursleiter Pilates Stufe 1 (Einsteigerkurs) Mainz
07.05.	x	Fortbildung	Kitu on Tour „Fantasievoller Abenteuersport“ Turngau Worms
07.05.	x	Aerobic	ÜL-Fortbildung „Step-Combinations und -Variations 2011“, Koblenz
07.05.	x	Tanz und Show	Kampfrichter-Ausbildung DTB-Dance, Teil 1, Koblenz
07./08.05.	x	Gerätturnen männlich	TVM-Meisterschaft Einzel
07./08.05. oder 16./17.04.	x	Gerätturnen weiblich	RhTB-Meisterschaften GT Einzel w., Budenheim (Waldsporthalle)
08.05.	x	Mehrkämpfe	Lehrgang „Lauf und Weitsprung - Verbesserung der Technik“, Boppard
13.-14.05.	x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Gerätturnen m w, Mainz - Teil 7 / Lehrproben
13.-15.05.	x	Ausbildung	2. Lizenzstufe Sport in der Prävention „Herz · Kreislauf-Training“ Mainz
13.-15.05.	x	ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung C „Kinderturnen“ Teil 3, Koblenz
14.05.	x	ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Haltung und Bewegung“ Teil 2, Koblenz
14.05.	x	Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Springen in eine neue Dimension“, Koblenz
14.05.	x	Fortbildung	6. RhTB „Dance Special Stackeden-Elsheim
14.-15.05.	x	Gerätturnen männlich	RhTB-Meisterschaften GT Einzel m., NN
21./22.05.	x	x	Gerätturnen weiblich Rheinland-Pfalz-Meisterschaften Einzel und Rheinland-Pfalz-Cup, Haßloch
21.05.	x	x	Gerätturnen männlich Rheinland-Pfalz-Meisterschaft Einzel, Grünstadt
21.05.	x	Veranstaltung	Fitness- und Aerobic-Convention, Montabaur
21.05.	x	Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Kooperations- und Actionspiele für 8-15 Jährige“, Koblenz
21.05.	x	Tanz und Show	Kampfrichter-Ausbildung DTB-Dance, Teil 2, Koblenz
21.05.	x	Rope Skipping (TG)	4. Edelsteinkidscup, Idar-Oberstein
21.05.	x	Fortbildung	Kitu on Tour „Alte Spiele neu entdeckt“ Turngau Bingen
21.05.	x	Fortbildung	RhTB Tagesspecial „Pilates intensiv“ Mainz
22.05.	x	Funktionelle Gymnastik	ÜL-Fortbildung „Dynamische Flows mit Yoga und Pilates“ (Fortbildung für DTB-Trainer Pilates), Koblenz
22.05.	x	Wandern	Verbandswandertag, Kaub
22.05.	x	Fortbildung	TaiChi/ igong, Mainz
27.-28.05.	x	Ausbildung	2. Lizenzstufe Sport in der Prävention „Haltung · Bewegung“ Mainz
27.-28.05.	x	Ausbildung	2. Lizenzstufe Sport in der Prävention „Herz · Kreislauf-Training“ Mainz
28.05.	x	Tanz und Show	ÜL-Fortbildung „TVM-Dance-Project (Kinder 6-10 Jahre)“, Koblenz
28.05.	x	x	Veranstaltung Dance-Cup, Mainz
28.05.	x	Tanz und Show	ÜL-Fortbildung „TVM-Dance-Project (Kinder 10-14 Jahre)“, Koblenz
29.05.	x	Tanz und Show	ÜL-Fortbildung „TVM-Dance-Project (Jugendliche 14-18 Jahre und Erwachsene)“, Koblenz
29.05.	x	Fortbildung	DTB Tagesspecial „Rücken-Aktiv“ Mainz
29.05.	x	Turnfest (TG)	Gau-Turnfest Turngau Worms, BIZ Worms (TSG Pfeddersheim)
29.05.	x	Wandern (TG)	Gau-Wandertag Turngau Bingen, NN
<b>Juni</b>			
n.n.	x	Faustball	Leistungslehrgang weibliche und männliche U14
04.06.	x	Kinderturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „Abenteuersport - Einführung Slacklining“, Kröv
04./05.06.	x	Veranstaltung	TVM-Sommerfest und TVM-Meisterehrung, Autohaus Löhr Automobile, Koblenz
04./05.06.	x	Gerätturnen m w	Deutschland-Cup, Bad Ems
05.06.	x	Funktionelle Gymnastik	ÜL-Fortbildung „Funktional-Training (FT)-Zirkel“, Koblenz
13.06.	x	Wandern	Gau-Wandertag Turngau Worms, Pfeddersheim
17.-19.06.	x	DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 1, Koblenz
18.06.	x	Rhönradturnen	Kampfrichter-Ausbildung Stufe 1, Teil 1, Lahnstein

# Chronologische bersicht 2011

18.06.	x		Veranstaltung (TG)	Gau-Kinder- und Jugendturnfest des Turngaues Rhein-Mosel
18.06.		x	Ehrung	RhTB-Meisterehrung, Autohaus Löhr, Mainz
18.-19.06.		x	Event	Sommerfest RhTB, Autohaus Löhr, Mainz
19.06.		x	Showtanz	RhTB-Showtanz-Turnier-1. Löhr-Toyota-Cup, Mainz
19.06.		x	Turnfest (TG)	Gau-Turnfest Turngau Bingen, NN
23.-26.06.	x	x	Veranstaltung	BUGA-Gym Gymnaestrada Rheinland-Pfalz, Koblenz
25.06.	x		Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Drache Kokosnuss geht auf die Schatzsuche durch den lebendigen Urwald“, Koblenz
25.06.-02.07.	x		TVM-Reisen	Wander- und Walkingspaß im Saastal
26.06.-03.07.	x		TVM-Reisen	Südtirol erleben, Wanderfreizeit Ratschings
27.06.-07.07.	x		ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Leistungssport „Gerättturnen“, Niederwöresbach
<b>Juli</b>				
02.07.	x		Wandern (TG)	Jahrestagung der Wanderwarte, Koblenz
02.-09.07.	x		TVM-Reisen	Nature-Adventure-Week (13 - 17 Jahre), Maria Alm
05./06.07.	x		DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Babys in Bewegung - mit allen Sinnen“, Modul 1 - Das Baby von 3 - 6 Monaten, Koblenz
10.-16.07.	x	x	Veranstaltung	Welt-Gymnaestrada, Lausanne/Schweiz
23.-30.07.	x		TVM-Reisen	Wander- und Walkingfreizeit für Singles im Saastal
25.07.-06.08.	x		Rhythmische Sportgymnastik	Ferienlehrgang
29.07.-04.08.	x		ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Entspannung und Stressbewältigung“, Koblenz
29.07.-07.08.	x		ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“ Teil 1, Koblenz
<b>August</b>				
n.n.	x		Rhönradturnen	Leistungslehrgang Bundesklasse u. Aufbaulehrgang Bundesklasse u. Landesklasse
n.n.	x		Rhönradturnen	Vorbereitungslehrgang Deutschland-Cup 2011
n.n.	x		Faustball	Leistungslehrgang weibliche U16/18 Frauen
n.n.	x		Faustball	Leistungslehrgang männliche U16/18 Junioren
05.-07.08.	x		DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Pilates“ Stufe 2, Koblenz
13.08.	x		Mehrkämpfe	Lehrgang „Schwimmen / Wasserspringen - Verbesserung der Technik“, Koblenz
13.08.	x		Rhönradturnen	Kampfrichter-Ausbildung Stufe 1, Teil 2, Lahnstein
13.08.		x	Fortbildung	RhTB Top Tagesspecial Yoga mit Young Ho Kim Mainz
14.08.		x	Trampolinturnen	11. offene Rheinhessen-Meisterschaften, MZ-Hechtsheim, TV-Halle
19.-21.08.		x	Ausbildung	DTB Kursleiter Pilates Stufe 2 (Aufbaukurs) Mainz
19.-21.08.	x		ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“ Teil 2, Koblenz
19.-21.08.	x		DTB-Weiterbildung	DTB-Weiterbildung „Instructor VideoDanceSTAR“, Koblenz
19.-21.08.	x		Trampolinturnen	Leistungslehrgang, Bad Kreuznach
20.08.	x		Rope Skipping (TG)	ÜL-Fortbildung „Workshop für weit Fortgeschrittene (Wettkampf)“, Idar-Oberstein
20.08.		x	Fortbildung	RhTB Tagesspecial „Cheerleading“ Mainz
20.-21.08.		x	Lehrarbeit (TG)	ÜL-Assistenten-Ausbildung Turngau Worms, Block 1
21.08.		x	Fortbildung	AROHA Instructor Day-„News und updates“
26.-28.08.	x		ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness-Aerobic“ Teil 1, Koblenz
26.-28.08.		x	Lehrarbeit	Übungsleiter-C-Ausbildung- Breitensport „Kinderturnen“ Mainz - Teil 1
26.-28.08.	x		DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 2, Koblenz
27.08.	x	x	Trampolinturnen	Rheinland-Pfalz-Meisterschaften Einzel und Synchron, Bad Kreuznach
27.08.	x		Gerättturnen weiblich	TVM-Athletik-Cup, Löff
27.08.	x		Rope Skipping	ÜL-Fortbildung „Rope Skipping für Fortgeschrittene“, Koblenz
27.08.	x		Rhönradturnen	Kampfrichter-Ausbildung Stufe 1, Teil 3 incl. Prüfung, Lahnstein

# Chronologische bersicht 2011

27.08.	x	Fortbildung (TG)	Trainerfortbildung Gerättturnen weibl., Turngau Worms, Monsheim
28.08.	x	Fortbildung	DTB Tagesspecial „Cardio Aktiv“ Mainz
<b>September</b>			
n.n.	x	Faustball	Vereinsvertretertagung
02.-04.09.	x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“ Mainz Teil 1
02.-04.09.	x	TVM-Reisen	Yoga- und Pilatesfreizeit, Altenkirchen
03.09.	x	Fortbildung	RhTB Tagesspecial „Jazz Dance Day“ Mainz
03.09.	x	Gerättturnen weiblich	TVM-Technik-Cup, Niederwöresbach
09.-11.09.	x	ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness-Aerobic“ Teil 2, Koblenz
09.-11.09.	x	Lehrarbeit	Übungsleiter-C-Ausbildung- Breitensport „Kinderturnen“ Mainz - Teil 2
10.09.	x	Mittelrheinische Turnerjugend	Gerättturntag/Kinderturntag der Mittelrheinischen Turnerjugend, Kirchberg
10.09.	x	Fortbildung	RhTB Tagesspecial Aerobic - Step Aerobic intensiv Mainz
10./11.09.	x	DTB-Weiterbildung	DTB-Weiterbildung „Drums-Alive®-Instructor“, Koblenz
10.-17.09.	x	TVM-Reisen	Wanderfreizeit im Stubaital
10.-17.09.	x	TVM-Reisen	Wander- und Walkingspaß im Saastal
16.-18.09.	x	ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung C „Kinderturnen“ Teil 1, Koblenz
16.-18.09.	x	ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Gymnastik/Rhythmus/Tanz“ Teil 1, Koblenz
16.-18.09.	x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“ Mainz Teil 2
17.09.	x	Fortbildung	RhTB Tagesspecial Kinderturnen Mainz
17.09.	x	Funktionelle Gymnastik	ÜL-Fortbildung „Complete Bodyworkout mit Kleingeräten / 4moremuscles Old school“, Koblenz
17.09.	x	Kinderturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „Manege frei - Kinder und Jugendliche machen Zirkus“, Kröv
17.-18.09.	x	Lehrarbeit (TG)	ÜL-Assistenten-Ausbildung Turngau Worms, Block 2
17.-18.09.	x	Mehrkampf	Deutsche Mehrkampfmeisterschaften, Einbeck
18.09.	x	Herz-Kreislauf-Training	ÜL-Fortbildung „Cardio-Fighting“, Koblenz
18.09.	x	Veranstaltung	Happy Gymnastics anl. Schängelmarkt, Koblenz
23.-25.09.	x	ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness-Aerobic“ Teil 3, Koblenz
23.-25.09.	x	DTB-Trainer	DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Stufe 3, Koblenz
23.-25.09.	x	Lehrarbeit	Übungsleiter-C-Ausbildung- Breitensport „Kinderturnen“ Mainz - Teil 3
23.-25.09.	x	Ausbildung	DTB Kursleiter Yoga Stufe 1 Mainz
24.09.	x	Gerättturnen m w (TG)	Gau-Meisterschaften Mannschaft Turngau Worms, BIZ Worms
24.09.	x	Entspannung	ÜL-Fortbildung „Work-Life-Balance - Aktiv werden gegen Stress und Burnout“, Koblenz
24.09.	x	Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Herbstzeit-Erntezeit - Schneeflockchen-Weißbröckchen“, Koblenz
24.-25.09.	x	Gerättturnen m w (TG)	Gau-Meisterschaften Mannschaft Turngau Bingen, NN
24./25.09.	x	ÜL-Ausbildung (TG)	ÜL-Assistenten-Ausbildung, Niederwöresbach
24.09.-01.10.	x	TVM-Reisen	Wander- und Walkingspaß in Ratschings
24.09.-01.10.	x	TVM-Reisen	Wander- und Walkingspaß im Saastal
25.09.	x	Entspannung	ÜL-Fortbildung „Effektive Workout-Übungen für Rücken/BBP/ Bodystyling und Stressbewältigung für Trainer“, Koblenz
25.09.	x	Gerättturnen männlich	TVM-Mannschaftsmeisterschaft
25.09.	x	Orientierungslauf	19. Offene und Internationale Stadtmeisterschaft, Trier
25.09.	x	Trampolinturnen	ÜL-Fortbildung, Bad Kreuznach
<b>Oktober</b>			
n.n.	x	Rhönradturnen	Leistungslehrgang Bundesklasse u. Aufbaulehrgang Bundesklasse u. Landesklasse

# Chronologische Übersicht 2011

n.n.	x	Rhönradturnen	Vorbereitungslehrgang Deutschland-Cup 2011
n.n.	x	Faustball	Schiedsrichter-Aus- und Fortbildung Gruppe Nord
01./02.10.	x	Rope Skipping (TG)	Herbstcamp Rope Skipping, Niederwöresbach
01.-08.10.	x	ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Gymnastik/Rhythmus/Tanz“ Teil 2, Koblenz
01.-08.10.	x	ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung C „Kinderturnen“ Teil 2, Koblenz
03.10.	x	Rope Skipping	RhTB-Meisterschaften E4, T3 und Nachwuchspokal, MZ-Gonsenheim
04.-07.10.	x	TVM-Reisen	Abenteuer PUR für Kinder von 8-12 Jahren, Sargenroth
08.10.	x	Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Abenteuer- und Trendsportarten“, Koblenz
10.-16.10.	x	ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Herz-Kreislauf-Training“ Teil 1 incl. Special „Cardio-Fit“ und Kursleiter-Ausbildung „Walking/Nordic Walking“, Koblenz
14.-16.10.	x	ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness-Aerobic“ Teil 4, Koblenz
14.-16.10.	x	DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 3, Koblenz
15.10.	x	Funktionelle Gymnastik	FLE´ I-SPORTS-Convention, Koblenz
15.10.	x	Turnen der Isteren	ÜL-Fortbildung „Koordinationstraining - Mit allen Sinnen“, Koblenz
15.-16.10.	x	Lehrarbeit (TG)	ÜL-Assistenten-Ausbildung Turngau Worms, Block 3
16.10.	x	Aerobic	ÜL-Fortbildung „Easy Mix“, Koblenz
21.10.	x	Veranstaltung	Fachtagung „Bewegung im Kindergarten“, Diez
21.-23.10.	x	Ausbildung	DTB Trainer Pilates Stufe 3 Mainz
22.10.	x	ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Herz-Kreislauf-Training“ Teil 2, Koblenz
22.10.	x	Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Geräteparcours und Stundenbeispiele“, Koblenz
22.10.	x	Kinderturnen (TG)	ÜL-Fortbildung „Action-Mix-Tag für alle, die Lust auf den Kick haben“, Kröv
22.10.	x	Veranstaltung	Infoveranstaltung - Jubiläen der Vereine, Koblenz
22./23.10.	x	DTB-Weiterbildung	DTB-Weiterbildung „AROHA®-Instructor“, Koblenz
22./23.10.	x	ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Gymnastik/Rhythmus/Tanz“ Teil 3, Koblenz
22./23.10.	x	ÜL-Ausbildung (TG)	ÜL-Assistenten-Ausbildung, Niederwöresbach
23.10.	x	Gerätturnen männlich	Rheinland-Pfalz-Mannschaftsmeisterschaft, Altendiez
28.-30.10.	x	Lehrarbeit	Übungsleiter-C-Ausbildung- Breitensport „Kinderturnen“ Mainz - Teil 4
28.-30.10.	x	Ausbildung	DTB Kursleiter Yoga Stufe 2 Mainz
29.10.	x	Entspannung	ÜL-Fortbildung „Body-and-Mind-Tag“, Koblenz
29.10.	x	Mittelrheinische Turnerjugend	ÜL-Fortbildung „Der doppelte Spaß-Mix, Teil 2“, Koblenz
29.10.	x	Fortbildung	RhTB Tagesspecial „Workout 2011“ Mainz
29.10.	x	Rope Skipping (TG)	ÜL-Fortbildung „Workshop für Anfänger und leicht Fortgeschrittene“, Bad Münster
29./30.10.	x	ÜL-Ausbildung	ÜL-Ausbildung C „Kinderturnen“ Teil 3, Koblenz
29./30.10.	x	Gerätturnen weiblich	TVM-Nachwuchsmeisterschaften Mannschaft, TVM-Meisterschaften Mannschaft, TVM-Pokal, Landesliga A, uali Rheinland-Pfalz-Nachwuchsmeisterschaften Mannschaft, Rheinland-Pfalz-Meisterschaften Mannschaft, uali Rheinland-Pfalz-Pokal, uali Regionalliga und Bundes-Pokal, Hermeskeil
29.-30.10.	x	Gerätturnen weiblich	RhTB-Meisterschaften Mannschaft, MZ-Mombach
30.10.	x	Funktionelle Gymnastik (TG)	WWW - Weiterbildung, Wohlfühlen, Wellness“ Bad Sobernheim
30.10.	x	Rope Skipping	Rhein Hessische und Mittelrheinische Meisterschaften, Mainz

## November

n.n.	x	Rhönradturnen	ÜL-Fortbildung „Schwierigkeiten Gerade“ Sprung/Spirale
04.-06.11.	x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“ Mainz Teil 3
05.11.	x	Fortbildung	RhTB Tagesspecial „Kinder und Teenie Tanz“ Mainz
05.11.	x	Gerätturnen m w (TG)	Tag des Gerätturnens und der Gymnastik Turngau Bingen, NN
05.11.	x	Tanz und Show (TG)	ÜL-Fortbildung „Salsa“, Rheinböllen
05.-06.11.	x	Lehrarbeit (TG)	ÜL-Assistenten-Ausbildung Turngau Worms, Block 4
06.11.	x	Herz-Kreislauf-Training	ÜL-Fortbildung „Aqua-Fitness mit Hilfsmitteln“, Koblenz

# Chronologische bersicht 2011

06.11.	x		Tanz und Show	ÜL-Fortbildung „DTB-Dance - Das Event“, Koblenz
06.11.	x		Prellball	1. Landesligaspieltag Saison 2011/2012, Männer 50/60
11.-13.11.		x	Lehrarbeit	Übungsleiter-C-Ausbildung- Breitensport „Kinderturnen“ Mainz - Teil 5
12.11.		x	Lehrtagung	RhTB Lehrtagung „Gesundheit · Prävention“ Ingelheim
12.11.	x		Entspannung (TG)	ÜL-Fortbildung „Entspannungsmethoden“, Kastellaun
12./13.11.	x		Prellball	Schiedsrichterlehrgang/Auffrischungslehrgang, Cramberg
12./13.11.	x		ÜL-Ausbildung (TG)	ÜL-Assistenten-Ausbildung, Niederwöresbach
13.11.	x		ÜL-Ausbildung	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness-Aerobic“ Teil 5, Koblenz
18.-20.11.	x		DTB-Trainer	DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Stufe 4, Koblenz
18.-20.11.		x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“ Mainz Teil 4
19.11.		x		Adventstreffen der lteren Mainz
25.-27.11.		x	Lehrarbeit	Übungsleiter-C-Ausbildung- Breitensport „Kinderturnen“ Mainz - Teil 6 / Lehrprobe
25.-27.11.	x		Trampolinturnen	Leistungslehrgang, Bad Kreuznach
26.-27.11.	x	x	Gerättturnen weiblich	RLP-Nachwuchsmeisterschaften und Rheinland-Pfalz-Pokal, Mannschaft RhTB
27.11.	x		Trampolinturnen	D-Kader-Test, Bad Kreuznach
Nov. od. Dez.	x		Rhythmische Sportgymnastik	Nikolaus-Turnier, Koblenz

## Dezember

02.12.	x		Veranstaltung	Gymmotion - Die Faszination des Turnens, Koblenz
02.-04.12.	x		DTB-Kursleiter	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 4, Koblenz
02.-04.12.		x	Lehrarbeit	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“ Mainz Teil 5 / Lehrprobe
09.-11.12.	x		DTB-Weiterbildung	DTB-Weiterbildung „Stressbewältigung“, Koblenz
10.12.	x		Veranstaltung	Gymmotion - Die Faszination des Turnens, Ludwigshafen

## Januar 2012

08.01.		x	Lehrarbeit (TG)	ÜL-Assistenten-Ausbildung Turngau Worms, Lernerfolgskontrolle
--------	--	---	-----------------	---

Besuchen Sie uns im Internet:

[www.tvmm.org](http://www.tvmm.org)

[www.rhtb.org](http://www.rhtb.org)

# TVM-Sommerfest und TVM-Meisterehrung am 04./05. Juni 2011 beim Autohaus Löhr Automobile in Koblenz

**löhr**  
automobile  
*Wir sind Toyota in Koblenz.*

**Samstag, 04.06.2011:  
TVM-Meisterehrung, Showbühnenprogramm**

**Sonntag, 05.06.2011:  
Showbühnenprogramm mit integriertem Showgruppenwettbewerb\***

An beiden Tagen erwartet Sie ein abwechslungsreiches und unterhaltsames Programm mit vielen weiteren Attraktionen!

\* Zum ersten Mal wird beim Sommerfest des TVM und Löhr Automobile Koblenz ein Showgruppenwettbewerb ausgeschrieben. Teilnehmen können: Tanz-, Gymnastik-, Jedermann-Gruppen (Frauen und Männer). Kreativität, Originalität und vielfältige Ideen das zählt bei diesem Wettbewerb! Den Erstplatzierten winken attraktive Sachpreise. Die Teilnehmergebühr beträgt 15,00 EUR pro Gruppe. Weitere Informationen sind zu gegebener Zeit bei der TVM-Geschäftsstelle (T 0261/135-150) zu erfragen.



## Anmeldung

Bitte bis zum 06.05.2011 an den Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz, Fax: 0261/135-159, E-Mail: geschaeftsstelle@tvm.org

Verein: \_\_\_\_\_

Gruppenname: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

**Wir möchten mit unserer Showgruppe auftreten:**

Showvorführungen auf der Showbühne am Samstag, 04. Juni 2011

Showvorführung und Showgruppenwettbewerb am Sonntag, 05. Juni 2011  
(TN-Gebühr 15,00 EUR)

Bezeichnung der Vorführung: \_\_\_\_\_

Dauer der Vorführung: \_\_\_\_\_ Minuten      Gruppenstärke: \_\_\_\_\_ Personen

\_\_\_\_\_ Datum

\_\_\_\_\_ Unterschrift

TVM-Sommerfest



# Infoveranstaltung - Jubiläen der Vereine

## Jubiläen richtig feiern und Veranstaltungen perfekt organisieren

Trotz aller Sportbegeisterung des vorbereitenden Vereins für seine Jubiläumsveranstaltung kann der Erfolg des Events zuweilen durch Organisationsmängel getrübt werden. Die zeitintensiven Vorbereitungsarbeiten und die Durchführung einer Turn- und/oder Festveranstaltung erfordern eine gute Planung.

Mittels eines Aufgabenbeispiels werden Sie mühelos an die wichtigsten Organisationsfragen herangeführt. Für die Vereine besonders nützlich sind die einzelnen Checklisten, die nach Tätigkeiten und Terminen geordnet sind.

Wir wollen Ihnen Tipps und praktische Ratschläge geben, wie das Ereignis gelingt und die Vorbereitungen zusammen mit einem Organisationsteam Spa• machen.

Datum a): 02. April 2011  
Datum b): 22. Oktober 2011  
Zeit: 09.30 - 17:00 Uhr  
Ort: Koblenz, Sportschule Oberwerth  
Referent: Peter Schauer  
Leitung: Wolfgang Gipp, Vizepräsident  
Gesellschaftspolitik

Meldeschluss a): 11. März 2011  
Meldeschluss b): 30. September 2011  
Gebühr: für Jubiläumsvereine des TVM kostenfrei, ansonsten auf Anfrage

Informationen erhalten Sie beim Turnverband Mittelrhein, Rhein-  
nau 10, 56075 Koblenz, Telefon: 02 61 / 135 150, Fax: 02 61 / 135 159,  
E-Mail: geschaeftsstelle@tvm.org



## Mein Verein DAS VEREINSPORTRAIT auf WWTV® TV-Mittelrhein

### Präsentieren Sie Ihren Verein und Ihr Vereinsubiläum im TV

Die beiden TV-Sender WWTV® TV - Mittelrhein bringen IHREN VEREIN mehr als 1,2 Millionen Zuschauerinnen und Zuschauern im Kabelnetz oder aber auch über Satellit ASTRA - Digital 19,2 näher.

**WIR** berichten über Ihre Vereinsaktivitäten und/oder über Ihr bevorstehendes Vereinsubiläum im aktuellen Programm der beiden Sender.

**WIR** kommen zu Ihnen in den Verein und besuchen Ihre Trainingseinheiten und/oder Ihr Vereinsfest bzw. Jubiläum.

**WIR** bieten Ihnen eine Reportage über eine Länge von ca. 5-6 Minuten an, in der Sie alles über Ihre Vereinsaktivitäten und /oder Ihr Jubiläum verpacken können.

**WIR** kündigen Ihre Veranstaltung bzw. Ihr Jubiläum (Sie können sich eine Veranstaltung aussuchen) 3 Tage im Vorfeld (als Werbung für Ihre geplante Veranstaltung) in einem Spot/Trailer in einer Länge von jeweils 40 Sek. / pro Trailer in unseren beiden Sendern an.

**WIR** erstellen Ihnen von allen Ausstrahlungen/Produktionen eine DVD, die Sie auch für Ihre Homepage stellen können.

**SIE** zahlen uns einen Kostenbeitrag (für die Reportage und den Werbespot) in Höhe von pauschal **50,00 EUR** zzgl. MwSt.

#### Kontakt:

WWTV-Westerwald-Wied GmbH, Geschäftsführer Frank Ackermann, Im Klosterfeld 1,  
56182 Urbar, Telefon: 0261/66757927 \* Fax: 0261/66757912 \* Mobil: 0178/3291033 \* f.ackermann@wwtv.de

Events  
Sportveranstaltungen  
Tickets  
Hotels  
Reisen  
Einkaufen  
Weiterbildung  
GYMCARD Specials



## GYMCARD – Partner



Meine **neue** Apotheke

**Europas bekannteste  
Apothekenmarke ist Ihr  
Partner der GYMCARD.**

Als GYMCARD-Inhaber erhalten Sie viele exklusive Vorteile. Besuchen Sie uns über [www.gymcard.de](http://www.gymcard.de) im Partnerbereich von DocMorris.



**Ihr Spezialist für  
Schulsport, Vereinssport,  
Fitness und Therapie**



**HDI hilft Dir immer!**

HDI ist Partner der Ehrenamtlichen!



Europas Marktführer für Last Minute

## GYMCARD-INFO

**Holen Sie sich Ihre GYMCARD!**

Ehrenamtliche Mitarbeiter, Trainer und Übungsleiter sowie alle ehrenamtlichen Mitarbeiter eines Vereins, der beim TVM gemeldet ist, erhalten die GYMCARD kostenlos.

Den Antrag finden Sie unter [www.gymcard.de](http://www.gymcard.de)

**Die GYMCARD für Vereine**

Vereine, Vereinsabteilungen oder –gruppen, die dem TVM angehören, können die GYMCARD als Mitgliedsausweis führen. Alle gemeldeten Mitglieder erhalten die GYMCARD ebenfalls kostenlos und können das gesamte Vorteilsprogramm nutzen.

Das Kontaktformular zur Antragstellung finden Sie unter [www.gymcard.de](http://www.gymcard.de)

**Das GYMCARD-Vorteilsprogramm:**

Die GYMCARD eröffnet den Zugang zu einem sehr attraktiven Vorteilsprogramm:

- Die Aus- und Fortbildungsmaßnahmen des TVM und des DTB können zu GYMCARD-Preisen gebucht werden.
- Viele Sportveranstaltungen sind GYMCARD-rabattiert.
- Vorteile der GYMCARD-Firmenpartner: über 800 Angebote zu den Themen Events & Sportveranstaltungen, Tickets, Hotels, Reisen, Einkaufen, Weiterbildung und GYMCARD Specials finden Sie unter [www.gymcard.de](http://www.gymcard.de)
- Vorteil Kreditkarte: Jeder GYMCARD-Inhaber kann eine gebührenfreie Kreditkarte erhalten, die GYMCARD MasterCard GOLD.
- Vorteil Deutscher Sportausweis: Durch die Kooperation zwischen GYMCARD und Deutschem Sportausweis steht allen GYMCARD-Inhabern auch das Vorteilssystem des Deutschen Sportausweises zur Verfügung: [www.sportausweis.de](http://www.sportausweis.de)

## Events



[www.tvm.org](http://www.tvm.org)



[www.tvm.org](http://www.tvm.org)



**Internationale GYMNASTRADA  
Rheinland-Pfalz  
vom 23.-26. Juni 2011  
in Koblenz**  
im Rahmen der Bundesgartenschau Koblenz

*Wir sind dabei!*



[www.tvm.org](http://www.tvm.org)

Newsletter und Infos zur **GYMCARD**:

[www.gymcard.de](http://www.gymcard.de) • [info@gymcard.de](mailto:info@gymcard.de) • 0 180 5 / 49 62 273\*

\* € 0,14 pro Minute aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunkpreise können abweichen.

» SPIRIT «

DIE TVM-SPORTMARKETING GMBH PRÄSENTIERT:

# GYMMOTION

DIE FASZINATION DES TURNENS

02.12.11 Koblenz  
03.12.11 Düsseldorf  
05.12.11 Aachen  
06.12.11 Bensheim  
07.12.11 Tuttlingen  
08.12.11 Saarbrücken  
09.12.11 Luxemburg  
10.12.11 Ludwigshafen  
11.12.11 Chemnitz



# TOUR 2011

[www.gymmotion.org](http://www.gymmotion.org)  
Hotline: 0261/135 150

**TVM**   
SPORTMARKETING GMBH

Die einmalige Show aus  
Turnen, Artistik  
und Varieté

**Bänfer**  
all equipment for sports

**DAUNER**  
SWISS

**TVM**   
SPORTMARKETING GMBH

**anvil**  
Litho-Druck & Medien

**GYMCARD** 

**Speedy**  
tex

# 2. RhTB-Sommerfest bei Löhr-Automobile Toyota

**löhr**  
automobile  
*Wir sind Toyota in Mainz.*

am 18./19.06.2011

bei Löhr Automobile Toyota  
in Mainz-Hechtsheim

## Programm:

### Samstag, 18.06.2011:

10.00-12.00 Uhr: RhTB-Meisterehrung  
12.00-18.00 Uhr: Showvorführungen

### Sonntag, 19.06.2011:

ab 10.00 Uhr: RhTB-Showtanz-Turnier – 1. Löhr-Toyota-Cup:  
a) Kinder (bis 12 Jahre)  
b) Jugendliche (12-16 Jahre)  
c) Erwachsene (ab 16 Jahre)

mit:  
**RhTB-Meisterehrung**  
**Showtanz-Turnier**  
**Showvorführungen**

An beiden Tagen erwartet Sie ein abwechslungsreiches und unterhaltsames Programm mit vielen weiteren Attraktionen!

Informationen zum RhTB-Showtanz-Turnier – 1. Löhr-Toyota-Cup:

Für die Vorführungen steht eine Bühne mit den Maßen 8 x 10 Meter zur Verfügung. Eine Vorführung darf inklusive Ein- und Ausmarsch sowie Auf- und Abbau nicht länger als 15 Minuten dauern. Bewertet werden Choreografie, Ausdruck, Synchronität, Bewegungsqualität, Show- und Entertainment-Potential, Kostüm und Aufmachung. Den Erstplatzierten winken attraktive Sachpreise! Teilnahmegebühr: 15,- Euro pro Gruppe. Weitere Informationen zum Showtanz-Turnier findet Ihr unter [www.rhtb.org](http://www.rhtb.org)!



## Anmeldung bis zum 31.05.2011

an Rhein Hessischer Turnerbund e.V., Jahnstraße 4, 55124 Mainz  
Fax: 06131/941717, E-Mail: [verwaltung@rhtb.org](mailto:verwaltung@rhtb.org)

Verein: \_\_\_\_\_

Gruppenname: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner: \_\_\_\_\_

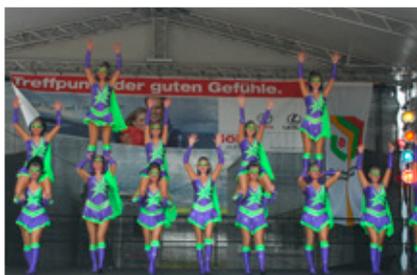
E-Mail: \_\_\_\_\_

## Wir möchten mit unserer Showgruppe auftreten:

Showvorführungen (Sa, 18.06.11):  12-14 Uhr  14-16 Uhr  16-18 Uhr

Showtanz-Turnier (So, 19.06.11):  bis 12 Jahre  12-16 Jahre  ab 16 Jahre

Dauer der Vorführung: \_\_\_\_\_ Minuten Gruppenstärke: \_\_\_\_\_ Personen



# Allgemeine Geschäftsbedingungen der Turnverbände Rheinhessen und Mittelrhein

Im Kurs- und Wettkampfprogramm finden Sie alle Lehrveranstaltungen, soweit sie bis zur Drucklegung bekannt und geplant waren. Änderungen einzelner Termine und Planungen müssen wir uns vorbehalten. Ergänzungen und Änderungen zum Lehrgangs- und Terminplan des TVM und des RhTB werden in „Turnen in Rheinland-Pfalz“ (gemeinsames Organ des Turnverbandes Mittelrhein und des Rheinhessischen Turnerbundes) sowie auf der Internetseite [www.tvm.org](http://www.tvm.org) bzw. [www.rhtb.org](http://www.rhtb.org) rechtzeitig veröffentlicht oder die gemeldeten Interessenten werden darüber direkt von uns informiert.

## Anmeldung

Die Anmeldungen sind schriftlich an die jeweilige Geschäftsstelle (Anschriften siehe unten) zu richten, sofern in der Ausschreibung nichts anderes vorgegeben ist. Die Teilnehmer erhalten eine Meldebestätigung. Die Lehrgangsplätze werden in der Reihenfolge des Anmeldeeingangs vergeben. Bis zum Meldeschluss haben Mitglieder der Turnverbände Rheinland-Pfalz Vorrang.

Treten RhTB und TVM als Ausrichter für DTB-Lehrgangsmaßnahmen auf, gelten abweichend die aktuell gültigen Geschäftsbedingungen des Deutschen Turner-Bundes e.V.

Ausbildungstermine sind in vollem Umfang wahrzunehmen. Lehrgangsumfänge und Bedingungen können den Ausschreibungen zu den einzelnen Aus-/Fortbildungen entnommen werden.

## Lehrgangszusagen bzw. -absagen

Die Zu- bzw. Absage zu einem Lehrgang erfolgt unmittelbar nach Meldeschluss direkt an den Lehrgangsteilnehmer. Sollte eine unserer Aus- und Fortbildungsmaßnahmen aufgrund unvorhersehbarer Ereignisse oder höherer Gewalt am Lehrgangstag selbst abgesagt werden müssen, werden wir selbstverständlich die Teilnehmergebühr zurück erstatten. Zusätzliche Kosten, wie z.B. Fahrtkosten, können nicht erstattet werden.

## Rücktrittsregeln

Absagen von bereits angemeldeten Lehrgangsteilnehmern müssen rechtzeitig und in schriftlicher Form erfolgen. Für Absagen zwei und mehr Wochen vor Lehrgangsbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10,00 EUR fällig. Bei Absage ab zwei Wochen vor Lehrgangsbeginn werden 50 €, ab eine Woche

vorher sowie bei Fernbleiben 100 % der Lehrgangsgebühr fällig. Absage wegen Erkrankung wird bei Vorlage eines ärztlichen Attests anerkannt.

Bei den gebuchten Maßnahmen der DTB-Akademie gelten die Rücktrittsregeln des Deutschen Turner-Bundes.

## Gebühren

Die Höhe der Lehrgangsgebühren für die jeweiligen Maßnahmen entnehmen Sie bitte den Ausschreibungen.

Für TVM gilt: Bei Ausbildungslehrgängen zahlen Nichtmitglieder eines Vereins der rheinland-pfälzischen Turnverbände eine zusätzliche Gebühr in Höhe von 150,00 EUR. Die Lehrgangsgebühren erbitten wir nach Erhalt der Lehrgangsbestätigung auf unser Konto bis spätestens eine Woche vor dem Lehrgangstermin.

Für RhTB gilt: Nichtmitglieder eines Vereins der rheinland-pfälzischen Turnverbände zahlen in der Regel höhere Gebühren, die unter Tel. 06131/9417-13 erfragt werden können. Die Lehrgangsgebühren werden ca. eine Woche vor Beginn der Maßnahme per Lastschriftverfahren eingezogen. Die Einzugsermächtigung ist mit der Anmeldung zu erteilen. Rücklastschriftgebühren gehen zu Lasten des Teilnehmers.

## GYMCARD

Besitzer der GYMCARD erhalten einen Preisnachlass, welcher in der jeweiligen Lehrgangsausschreibung angegeben ist.

## Übernachtung

Für TVM gilt: Übernachtung im Doppelzimmer (ggf. auch im Einzelzimmer) ist auf Anfrage in der Turnschule Oberwerth möglich. Preise und Kapazitäten können unter 0261/135-152 erfragt werden.

Für RhTB gilt: Übernachtung im Einzel-/Mehrbettzimmer mit Selbstverpflegung ist auf Anfrage im Turnerheim des RhTB möglich. Preise und Kapazitäten können unter [info@rhtb.org](mailto:info@rhtb.org) bzw. unter 06131-9417-0 erfragt werden.

## Haftung

Die Verbände übernehmen keine Haftung für Schäden oder Verluste, die mit seinen Veranstaltungen im Zusammenhang stehen. Vereinsmitglieder von Turn- und Sportvereinen der Sportbünde Rheinhessen und Rheinland, die an den Lehrgangs- und Veranstaltungs-

maßnahmen des TVM bzw. des RhTB teilnehmen, besteht Versicherungsschutz im Rahmen und Umfang des Sportversicherungsvertrages des jeweiligen Sportbundes.

Für Teilnehmer, die keinem Turn- und/oder Sportverein angehören und Maßnahmen (z.B. DTB-Akademie) nicht über ihren Arbeitgeber gebucht haben, erfolgt die Teilnahme auf eigene Gefahr. Schadenersatzansprüche aller Art sind ausgeschlossen. Dieser Personenkreis muss in eigener Zuständigkeit für ausreichenden Versicherungsschutz (Haftpflicht/Unfall) sorgen.

## Datenschutz

Die persönlichen Daten der Interessenten und Lehrgangsteilnehmer werden ausschließlich zur Ausübung satzungsgemäßer Aufgaben des Deutschen Turnerbundes e.V. und seiner Unterorganisationen dauerhaft gespeichert. Die Weitergabe der Daten an Dritte ist ausgeschlossen.

## Sonstiges

Sollte dem RhTB bzw. TVM ein Fehler oder eine Unvollständigkeit in der Lehrgangsbeschreibung oder bei den Preisen unterlaufen sein, behalten wir uns das Recht zur Korrektur vor. Der jeweilige Verband wird in einem solchen Fall die Teilnehmer umgehend nach Erkennen des Fehlers bzw. der Änderung über die neuen Angaben informieren. Der Teilnehmer kann dann innerhalb von 14 Tagen kostenlos von der Lehrgangsanmeldung schriftlich zurücktreten, anderenfalls gelten die neuen Lehrgangsbedingungen als akzeptiert.

Auskünfte zu allen Lehrgangsfragen erteilen die Geschäftsstellen:

Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz

Telefon 0261/135-153 o. 158, Fax 0261/135-159, E-Mail: [referent-ausbildung@tvm.org](mailto:referent-ausbildung@tvm.org) oder [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

Rheinhessischer Turnerbund, Jahnstr. 4, 55124 Mainz

Telefon 06131/94170, Fax 06131/941717, E-Mail: [ausbildung@rhtb.org](mailto:ausbildung@rhtb.org)

## Öffnungszeiten:

Mo - Do: 07.30-12.00 Uhr und 12.30-16.30 Uhr / Fr: 07.30-12.30 Uhr

# Informationen über Sonderurlaub

## Landesgesetz zur Stärkung des Ehrenamtes in der Jugendarbeit vom 05. Oktober 2001

### 1 Anwendungsbereich

- (1) Ehrenamtlich und leitend in der Jugendarbeit tätigen Personen, die mindestens 16 Jahre alt sind, ist, soweit sie in einem Dienst-, Arbeits- oder Ausbildungsverhältnis stehen, auf Antrag Freistellung von der Arbeit nach Maßgabe des 2 zu gewähren.
- a) für die Tätigkeit in Zeltlagern, Jugendherbergen und Begegnungsstätten, in denen Jugendliche sich vorübergehend zu Sport, Jugendkultur, Erholungs- und Freizeitgestaltung aufhalten sowie bei Jugendwanderungen und internationalen Jugendbegegnungsmaßnahmen der öffentlichen und freien Träger der Jugendhilfe,
- b) zum Besuch von Aus- und Fortbildungslehrgängen oder Schulungsmaßnahmen sowie Fachtagungen in Fragen der Jugendhilfe, wenn diese einer Aufgabe nach Buchstabe a) dienen oder auf sie vorbereiten,

- (2) Die Regelungen über die gesetzliche Aufsichtspflicht bleiben unberührt.

### 2 Freistellung

- (1) Die Freistellung beträgt bis zu 12 Arbeitstage jährlich. Die Freistellung kann auch in halben Arbeitstagen beantragt werden.
- (2) Ein Anspruch auf Lohn, Gehalt oder Ausbildungsvergütung während der Zeit der Freistellung besteht nicht.
- (3) Die Freistellung ist auf das nächste Jahr nicht übertragbar.

### 3 Antragstellung

- (1) Anträge auf Freistellung können nur von einem öffentlichen oder anerkannten freien Träger der Jugendhilfe, bei unter 18-jäh-

rigen mit Zustimmung der Erziehungsberechtigten, gestellt werden. Nicht anerkannte freie Träger der Jugendhilfe haben mit der Antragstellung eine schriftliche Bestätigung des zuständigen Jugendamtes über die Förderungsfähigkeit des Antragstellers nach 74 des Achten Buches Sozialgesetzbuch vorzulegen.

- (2) der Antrag ist der Beschäftigungsstelle mindestens 4 Wochen vor der beabsichtigten Freistellung vorzulegen.
- (3) Die Freistellung kann nur verweigert werden, wenn ein unabweisbares betriebliches Bedürfnis entgegensteht.
- (4) Beschäftigten und Auszubildenden, die eine Freistellung nach diesem Gesetz erhalten, dürfen, vorbehaltlich der Regelung in 2 Abs. 2, Nachteile in ihrem Beschäftigungsverhältnis nicht entstehen.
- (5) Weitergehende Vorschriften des öffentlichen Dienstes bleiben unberührt.

**Sportskanonen verpulvern Magnesium.  
DAUNER hat's.**



# Das Ausbildungssystem des Turnverbandes Mittelrhein und des Rheinheissischen Turnerbundes

(Es sind nur die Ausbildungen aufgeführt, die vom TVM und RhTB im laufenden Jahr angeboten werden!)

## 2. Lizenzstufe

Haltung und Bewegung  
Herz-Kreislauf-Training  
Entspannung und Stressbewältigung

Nach erfolgreichem Abschluss ist die Beantragung  
des Qualitätssiegels „Pluspunkt Gesundheit.DTB.“  
und Dachmarke „Sport pro Gesundheit“ möglich.

„ L-Prävention  
60 LE

## 1. Lizenzstufe

Nach erfolgreichem Abschluss ist die Teilnahme an weiteren Kursleiter-/Zusatzausbildungen möglich.

Kinderturnen

Fitness und Gesundheit Erwachsene  
Fitness und Gesundheit / Natursport Winter  
Fitness-Aerobic  
Gymnastik/Rhythmus/Tanz

Gerätturnen

„ L-C  
120 LE

Trainer-C Breitensport  
120 LE

Trainer-C Leistungssport  
120 LE

Teilnahme an L-Assistenten-Ausbildung „Kinderturnen“ (Turngaue) und Basisscheine möglich!

## Voraussetzung zur Teilnahme an einer Übungsleiter-Ausbildung C und einer Trainer-C-Ausbildung (1. Lizenzstufe):

- Die Lehrgangsteilnehmer müssen einem Turn- und Sportverein angehören, der einem rheinland-pfälzischem Turnverband angeschlossen ist.
- Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz zahlen eine höhere Gebühr (TVM: siehe jeweilige Ausschreibung / RhTB: bitte gesondert anfragen).
- Die Lehrgangsteilnehmer müssen mindestens 16 Jahre alt sein die Lizenz wird jedoch erst nach Vollendung des 18. Lebensjahres ausgehändigt.
- Die entsprechende Anmeldung erbitten wir in schriftlicher Form mit Angabe von Namen, Anschrift und Geburtsdatum sowie der Vereinszugehörigkeit.
- Die Anmeldung wird schriftlich nach dem Meldeschluss bestätigt.
- Es werden zwei Passbilder sowie ein Nachweis über einen 16-stündigen Erste-Hilfe-Kurs (nicht älter als 2 Jahre) benötigt

**Voraussetzungen zur Teilnahme an einer Übungsleiter-Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe „Prävention“ ist der Besitz einer Lizenz auf der 1. Lizenzstufe und die Vereinszugehörigkeit (siehe oben, erster Punkt).**

## Alle Ausbildungen 2011 im Überblick

Turnverband Mittelrhein (TVM) / Rheinhessischer Turnerbund (RhTB)

Verband Lg.-Nr. Thema Datum

### 1. Lizenzstufe

#### Gerätturnen

RhTB	150	Trainer-C-Ausbildung Leistungssport „Gerätturnen“	28.-30. Januar ff
TVM	103	Trainer-C-Ausbildung Leistungssport „Gerätturnen“	27. Juni - 07. Juli

#### Kinderturnen

TVM	101	Übungsleiter-Ausbildung C „Kinderturnen“	08.-10. April ff
RhTB	152	Übungsleiter-Ausbildung C „Kinderturnen“	26.-28. Aug. ff
TVM	108	Übungsleiter-Ausbildung C „Kinderturnen“	16.-18. Sept. ff

#### Fitness-Aerobic

TVM	106	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness-Aerobic“	26.-28. Aug. ff
-----	-----	---	-----------------

TVM	100	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit / Natursport Winter“	25.-29. Nov. 2010 ff
RhTB	156	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit / Natursport Winter“	21.-23. Jan. ff
TVM	105	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“	29. Juli - 07. August ff
RhTB	153	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“	02.-04. Sept. ff

### Gymnastik/Rhythmus/Tanz

TVM	107	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Gymnastik/Rhythmus/Tanz“	16.-18. Sept. ff
-----	-----	---	------------------

### 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“

#### Entspannung und Stressbewältigung

TVM	104	Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ Profil „Entspannung und Stressbewältigung“	29. Juli - 04. August
-----	-----	---	-----------------------

#### Haltung und Bewegung

RhTB	151b	Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ Profil „Haltung und Bewegung“	25.-27. März ff
TVM	102	Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ Profil „Haltung und Bewegung“ incl. Special „Rücken-Aktiv“	26. April - 01. Mai ff

#### Herz-Kreislauf-Training

RhTB	151a	Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ Profil „Herz-Kreislauf-Training“	25.-27. März ff
TVM	109	Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ Profil „Herz-Kreislauf-Training“ incl. Kursleiter „Walking/Nordic Walking“ und Special „Cardio-Fit“	10.-16. Oktober ff
RhTB	151c	Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ Profil „Herz-Kreislauf-Training“ und Profil „Haltung und Bewegung“	25.-27. März ff

### DTB-Trainer-Ausbildung

#### Aqua-Fitness

TVM	116	DTB-Trainer-Ausbildung „Aqua-Fitness“	16.-21. April
-----	-----	---------------------------------------	---------------



# Leitungsausbildung

## Pilates

TVM	110	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 4	21.-23. Jan.
TVM	112	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 5 Prüfungskurs	19./20. Feb.
TVM	114	DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 1	08.-10. April
RhTB	162	DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 1	06.-08. Mai
TVM	119	DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 2	05.-07. August
RhTB	163	DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 2	19.-21. August
TVM	123	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 3	23.-25. September
RhTB	165	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 3	21.-23. Oktober
TVM	126	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 4	18.-20. November

## DTB-Kursleiter-Ausbildung

## Babys in Bewegung - mit allen Sinnen

TVM	118	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Babys in Bewegung - mit allen Sinnen“ Modul 1 - Das Baby von 3 - 6 Monaten	05./06. Juli
-----	-----	--	--------------

## Entspannungstechniken

TVM	115	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Entspannungstechniken“	15.-17. April
-----	-----	---	---------------

## Yoga

TVM	111	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 4	11.-13. Februar
TVM	113	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 5	02./03. April
TVM	117	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 1	17.-19. Juni
TVM	121	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 2	26.-28. August
RhTB	164	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 1	23.-25. September
TVM	124	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 3	14.-16. Oktober
RhTB	166	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 2	28.-30. Oktober
TVM	127	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 4	02.-04. Dezember

## DTB-Weiterbildung

### AROHA®

RhTB	161	DTB-Weiterbildung „AROHA®-Instructor“	19./20. März
TVM	125	DTB-Weiterbildung „AROHA®-Instructor“	22./23. Oktober

### Dance

TVM	120	DTB-Weiterbildung „Instructor VideoDanceSTAR“	19.-21. August
-----	-----	---	----------------

### Drums-Alive®

TVM	122	DTB-Weiterbildung „Drums-Alive®-Instructor“	10./11. September
-----	-----	---	-------------------

### Stressbewältigung

RhTB	160	DTB-Weiterbildung „Stressbewältigung“	18.-20. Februar
TVM	128	DTB-Weiterbildung „Stressbewältigung“	09.-11. Dezember

## Basisschein

### Trampolinturnen

RhTB	155	17. Trampolin Basisschein	12./13. November ff
------	-----	---------------------------	---------------------

## Leitungsausbildung der Turngauen

RhTB	702	Turngau Bingen	Frühjahr
RhTB	704	Turngau Worms	20./21. August ff
RhTB	703	Turngau Mainz	10./11. September ff
TVM	130	Turngau Nahetal	24./25. September
RhTB	701	Turngau Alzey	Herbst

Leitungsausbildung

## Kontaktdaten für Anmeldungen

Unter jeder Lehrgangsausschreibung ist angegeben, an wen die Anmeldung gerichtet werden soll. Aus Platzgründen stehen bei den Maßnahmen des Turnverbandes Mittelrhein und des Rhein Hessischen Turnerbundes nur der Verbandsname. Für Meldungen (bitte in schriftlicher Form) an den TVM oder RhTB nachstehend die kompletten Kontaktdaten:

Turnverband Mittelrhein,  
Rheinau 10, 56075 Koblenz  
Fax 0261/135-159,  
E-Mail: referent-ausbildung@tvm.org  
oder ausbildung@tvm.org  
Telefon für Rückfragen: 0261/135-153 oder -158

Rhein Hessischer Turnerbund,  
Jahnstr. 4, 55124 Mainz  
Fax 06131/941717,  
E-Mail: ausbildung@rhtb.org  
Telefon für Rückfragen: 06131/9417-13

Besuchen Sie uns  
im Internet:

[www.tvm.org](http://www.tvm.org)  
[www.rhtb.org](http://www.rhtb.org)



**Bundesgartenschau 2011  
Koblenz verwandelt**



*Wir sind dabei!*

Die Turnerinnen und Turner  
freuen sich auf  
bewegende Blütenmeere.

**23. - 26. Juni 2011  
Koblenz**



Infos: TVM, Rheinau 10, 56075 Koblenz  
E-Mail: [gymnaestrada@tvm.org](mailto:gymnaestrada@tvm.org)  
Hotline: 0261/135-153 oder 158



# 1. Lizenzstufe

## Gerätturnen

### 150 Trainer/in-C-Ausbildung Leistungssport „Gerätturnen“

Ziel der Ausbildung zur Trainerin / zum Trainer C ist die Vermittlung einer vielfältigen Grundausbildung unter Berücksichtigung unterschiedlicher didaktisch-methodischer Ansätze. Die Tätigkeit der Trainerin / des Trainers C umfasst die Hinführung zum wettkampff- und leistungsorientierten Training im Gerätturnen. Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Grundlagen- trainings für Anfängerinnen, Anfänger und Fortgeschrittene. Nach der Ausbildung können Sie im Verein Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Anfängerbereich (sowohl weiblich als auch männlich) mit unterschiedlichen Methoden und altersgerecht an das Gerätturnen heran- führen. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, Pflichtfolgen und die ersten Stufen der Pflichtübungen zu vermitteln.

Datum: 28.-30.Januar und 11.-13.Februar und 25.-27.Februar und 18.-20.März und 01.-03.April und 15.-16.April (Lerner- folgskontrolle)

Zeit: Fr. ab 17.00 Uhr, Sa. So. ganztägig

Ort: Mainz

Referent: RhTB-Team

Meldeschluss: 14. Januar

Gebühr: 140,00 EUR, Nichtmitglieder eines Vereins der rhein- land-pfälzischen Turnverbände zahlen in der Regel hö here Gebühren, die unter Tel.: 06131/9417-13 erfragt werden können.

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 103 Trainer-C-Ausbildung Leistungssport „Gerätturnen“

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 150

Datum: 27. Juni - 07. Juli (incl. Lernerfolgskontrolle)

Zeit: jeweils ca. 08.30 - 20.00 Uhr

Ort: Niederwörresbach

Meldeschluss: 27. Mai

Gebühr: 150,00 EUR incl. Mittagessen  
425,00 EUR incl. Übernachtung im DZ Verpflegung (falls gewünscht), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## Kinderturnen

### 101 „ bungsleiter-Ausbildung C „Kinderturnen“

Bei dieser Ausbildung können sich die Teilnehmer bei 30 LE entschei- den, ob sie an dem Ausbildungsteil A „Spezielle Freizeit- und Bewe- gungsbedürfnisse für Kinder“ oder B „Grundlagen des Gerätturnens“ teilnehmen möchten. Hier werden dann speziell folgende Inhalte ver-

mittelt:

**Teil A „Spezielle Freizeit- und Bewegungsbedürfnisse für Kinder“ (30 LE):**  
Spielbetonte, geselligkeitsbetonte, einfache Breiten- und Freizeitsport- formen, Spielen und Bewegen mit Alltagsmaterialien, Haltungs- und Bewegungsschulung etc.

**Teil B „Grundlagen des Gerätturnens“ (30 LE):**  
Spielerische Hinführung zum Turnen, methodische Übungsreihen ein- zelner Grundelemente des Turnens, Vorstellung der P-Stufen-Übun- gen, welche bei Turnfesten ausgeschrieben sind.

Bei der Teilnahme an der Ausbildung beim Turnverband Mittelrhein ist bei der Anmeldung zu vermerken, ob Teil A oder Teil B gewünscht wird. Gemeinsam werden die pädagogischen, medizinischen, soziologi- schen sowie sportverwaltenden Aspekte und weitere Praxisthemen im Rahmen der Ausbildung vermittelt.

Datum: 08.-10. April, 15.-21. April und 13.-15. Mai (Lernerfolgskon- trolle)

Zeit: Freitags ab 17.00 Uhr, weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr

Ort: Koblenz

Meldeschluss: 11. März

Gebühr: 150,00 EUR incl. Mittagessen  
425,00 EUR incl. Übernachtung im DZ Verpflegung (falls gewünscht), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### 152 „ bungsleiter/in-C-Ausbildung Breitensport „Kinderturnen“

Im Vordergrund steht der Erwerb von Handlungskompetenz für die Übungsleiter, um ein attraktives und an zeitgemäßen Entwicklungen orientiertes Kinderturnen in den Vereinen anbieten zu können. The- meninhalte sind u.a.: Medizinische Grundlagen, motorische Entwick- lung, Trainingslehre, Pädagogik, Spiele, Modellstunden Eltern-Kind, Kleinkinder und Kinderturnen, Gerätturnen, Rückenschule für Kinder, Versicherungs- und Zuschusswesen, Verbandsstrukturen

Datum: 26.-28. August und 09.-11. September und 23.-25. Septem- ber und 28.-30. Oktober und 11.-13. November und 25.- 26. November (Lernerfolgskontrolle)

Zeit: Fr. ab 17.00 Uhr, Sa. So. ganztägig

Ort: Mainz

Referent: RhTB-Team

Meldeschluss: 29. Juli

Gebühr: 140,00 EUR, Nichtmitglieder eines Vereins der rhein- land-pfälzischen Turnverbände zahlen in der Regel hö here Gebühren, die unter Tel.: 06131/9417-13 erfragt werden können.

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

108

## „Lehrer-Ausbildung C „Kinderturnen“

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 101

Datum: 16.-18. September, 01.-08. Oktober und 29./30. Oktober (Lernerfolgskontrolle)

Zeit: 16.09. Beginn 17.00 Uhr, weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr

Ort: Koblenz

Meldeschluss: 19. August

Gebühr: 150,00 EUR incl. Mittagessen  
425,00 EUR incl. Übernachtung im DZ Verpflegung (falls gewünscht), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## Fitness-Aerobic

106

## Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness-Aerobic“

Aerobic hat sich in den letzten Jahrzehnten als eine weitverbreitete Freizeitsportart im Verein etabliert und sich zu einem präventiven, gesundheitsförderlichen Sportangebot weiterentwickelt. Fitness-Aerobic ist ein „Allrounder“ geworden. Herz-Kreislauf-, Kraftausdauer-, Koordinations- und Beweglichkeitstraining mit Musik sind die Hauptelemente, die primär in der Gruppe trainiert werden. Somit erlangen die Trainingsstunden einen hohen Kommunikations- und Motivationswert. Ziel ist es, ein „effektives“ Training zu gestalten. Neben theoretischem Hintergrundwissen wird besonders Wert auf die praktische Ausbildung gelegt. In den 120 Lerneinheiten werden unter anderem folgende Inhalte vermittelt:

### Sportübergreifendes Basiswissen:

Aufsichts- und Rechtsfragen, Verbands- und Vereinsstrukturen, Aus- und Fortbildungssysteme, Aerobic und Fitness in der Gesellschaft.

### Sportbezogenes allgemeine Grundlage in Theorie und Praxis:

Anatomische und physiologische Grundlagen, Trainingslehre, Ernährungslehre, methodische und didaktische Grundlagen: Trainerverhalten und Kommunikation, Musiklehre, Techniktraining, Haltungsaufbauschulung, Einblick in sportartspezifische Wettbewerbs- und Showangebote

### Stundenbezogenes Hintergrundwissen in Theorie und Praxis:

Grundlagenwissen im Bereich Aerobic, Step-Aerobic und Workout, Aufbau und Planung Fitness-Aerobic-Stunden mit unterschiedlichen Phasen, Einübung in der Cueing-Technik

Die Fitness-Aerobic-Trainerinnen und -Trainer können folgende Stundenprofile anbieten: Aerobic, Fatburner, Intervalltraining, Workout wie Bodystyling, Bodyshape, Bodytoning, BBP (Bauch, Beine, Po), Problemzongymnastik. Die Ausbildung ermöglicht den Trainerinnen und Trainern neue Trends und Strömungen nach adäquater Fortbildung diese anbieten zu können.

Voraussetzung: mind. einjährige Teilnahme an Vereins-Aerobic-Stunden

Datum: 26.-28. August, 09.-11. September, 23.-25. September,

14.-16. Oktober und 13. November (Lernerfolgskontrolle)

Zeit: FR ca. 17.00-21.00 Uhr, SA/SO ca. 08.30-19.00 Uhr

Ort: Koblenz

Meldeschluss: 29. Juli

Gebühr: 225,00 EUR incl. Mittagessen  
425,00 EUR incl. Übernachtung im DZ Verpflegung (falls gewünscht), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## Fitness und Gesundheit

100

EU

## Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit / Natursport Winter“

Fitness und Gesundheit - das sind die zentralen Motive für Menschen, sich zu bewegen und Sport zu treiben. Mit dem neuen Schwerpunkt Natursport (Winter) wird die Trainer C Konzeption im Bereich „Fitness und Gesundheit“ um eine weitere sehr interessante Variante erweitert. Die Trainer Natursport Winter werden dahingehend ausgebildet, qualifizierte Angebote für gesundheitsbewusste Menschen in der freien Natur zu leiten. Dabei werden alle bekannten Komponenten des Trainer C Fitness und Gesundheit im speziellen Kontext des Schneesports umgesetzt. Uns, vom Fachbereich Schneesport - Touristik im TVM, liegt es am Herzen, weiterhin den Schwerpunkt der Qualifikation auf die Bereiche „Ski Alpin oder Snowboard“ zu konzentrieren. Dadurch wird die gewohnt hohe Kompetenz in den Kerndisziplinen „Ski Alpin“ und „Snowboard“ beibehalten und um weitere attraktive Aktivitäten im Schnee ergänzt. Die neue Lizenz ersetzt die ehemalige Grundstufenübungsleiterlizenz (DTB) im Bereich Skilauf. Die Ausbildung richtet sich an alle interessierten Wintersportler, die in ihrer Vereinsarbeit einen vielfältigen und spannenden Wintersport und Natursport anbieten und vermitteln wollen. Der TVM bietet die Ausbildung in Modulen an, die in drei Ausbildungsblöcken integriert sind (s.u.). Die Ausbildung zum Trainer C Natursport Winter wird in einem Zeitraum von maximal zwei Jahren erworben.

Bei dieser Ausbildung im Jahr 2010/11, die wir erstmals durchführen, besteht die Ausnahmeregelung, die Praxisteile vor dem Basiskurs zu absolvieren. Regulär müssen die Teilnehmer mit dem Basiskurs beginnen und mit der Praxis II enden.

Datum:

a) Basiskurs: n.n. Prävention (20 LE)

b) Praxis I: 25.-29. November 2010

c) Praxis II: 24. April - 01. Mai 2011

Ort:

a) Koblenz

b) Stubaier Gletscher

c) Nauders

Gebühr:

a) 50,00 EUR

b) 430,00 EUR

c) 400,00 EUR

zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung an den Turnverband Mittelrhein, [ski@tvm.org](mailto:ski@tvm.org)

**156**      **EU**

## Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit / Natursport Winter“

Fitness und Gesundheit - das sind die zentralen Motive für Menschen, sich zu bewegen und Sport zu treiben. Mit dem neuen Schwerpunkt Natursport (Winter) wird die Trainer C Konzeption im Bereich „Fitness und Gesundheit“ um eine weitere sehr interessante Variante erweitert. Die Trainer Natursport Winter werden dahingehend ausgebildet, qualifizierte Angebote für gesundheitsbewusste Menschen in der freien Natur zu leiten. Dabei werden alle bekannten Komponenten des Trainer C Fitness und Gesundheit im speziellen Kontext des Schneesports umgesetzt. Die neue Lizenz ersetzt die ehemalige Grundstufenübungsleiterlizenz (DTB) im Bereich Skilauf. Neben den bewährten Schwerpunkten Ski Alpin und Snowboard vermittelt die neu konzipierte Ausbildung weitere Bewegungsformen aus dem Bereich Fitness und Gesundheit, wie z. B. Skilanglauf, Skiorientierungslauf, Schneeschuhwandern oder Nordic Walking. Die Ausbildung richtet sich an alle interessierten Wintersportler, die in ihrer Vereinsarbeit einen vielfältigen und spannenden Wintersport und Natursport anbieten und vermitteln wollen.

Datum:      a) Basiskurs:                    21.-23. Januar 2011  
                   b) Nordic/Theorie: 25.-27. Februar 2011  
                   c) Praxis:                    16.-24. April 2011

Ort:            a) Mainz  
                   b) Altglashütten  
                   c) Haus Markus / St. Jakob/ Ahrntal

Gebühr:      a) 75,00 EUR  
                   b) 165,00 EUR  
                   c) 539,00 EUR  
                   Nichtmitglieder der Landesturnverbände Rheinland-Pfalz bitte Preis nachfragen

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 105 Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“

Fitness und Gesundheit - das sind die zentralen Motive für Menschen, sich zu bewegen und Sport zu treiben. Die Ausbildung „Fitness und Gesundheit für Erwachsene“ bildet qualifizierte Trainer/innen aus, die in den Bereichen Fitnesstraining und Gesundheitssport tätig sein wollen. Sie lernen, ein qualifiziertes, gesundheitsorientiertes Fitnesstraining im Verein eigenverantwortlich und selbständig zu planen und durchzuführen. Inhalte sind u.a. die Themenbereiche Krafttraining, Ausdauer, Beweglichkeit, die neuesten Trends der Fitness-Szene, Warm up und Cool down, Fitnesstraining mit Musik sowie die medizinischen Grundlagen eines gesundheitsorientierten Trainings. Außerdem wird theoretisches Hintergrundwissen zur Planung und zum Aufbau einer Unterrichtsstunde, zu Marketing und Öffentlichkeitsarbeit sowie zu Aufsichts- und Rechtsfragen vermittelt. Die Trainer/innen Breitensport „Fitness und Gesundheit für Erwachsene“ werden darin ausgebildet, qualifizierte Angebote für gesundheitsbewusste Menschen zu machen.

Datum:      29. Juli - 07. August und 19.-21. August (Lernerfolgskontrolle)

Zeit:            jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr

Ort:             Koblenz

Meldeschluss: 01. Juli

Gebühr:        150,00 EUR incl. Mittagessen  
                   425,00 EUR incl. Übernachtung im DZ Verpflegung (falls gewünscht), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 153 Trainer/in-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 105

Datum:        02.-04. September und 16.-18. September und 21.-23. Oktober und 04.-06. November und 18.-20. November und 02.-03. Dezember (Lernerfolgskontrolle)

Zeit:            Fr. ab 17.00 Uhr, Sa. So. ganztägig

Ort:             Mainz

Referent:      RhTB-Team

Meldeschluss: 05. August

Gebühr:        140,00 EUR Nichtmitglieder eines Vereins der rheinland-pfälzischen Turnverbände zahlen in der Regel höhere Gebühren, die unter Tel.: 06131/9417-13 erfragt werden können.

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## Gymnastik/Rhythmus/Tanz

## 10 Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Gymnastik/Rhythmus/Tanz“

Die Breitensport-Ausbildung „Gymnastik/Rhythmus/Tanz“ bildet qualifiziert Trainer/innen für verschiedene Bereiche von Gymnastik und Tanz aus. Die Teilnehmer/innen lernen, ein qualifiziertes fitness-, gesundheits-, breiten- und/oder wettkampfsportlich orientiertes Sportangebot im Verein eigenverantwortlich und selbständig zu planen und durchzuführen. Zielgruppe dieses Vereinsangebotes sind Kinder, Jugendliche und Erwachsene überwiegend des weiblichen Geschlechts. Inhalte der Ausbildung sind u.a. konditionell-koordinatives Grundlagentraining, gymnastische Grundformen, sowie körpertechnisch-tänzerisches Training, Zusammenhänge von Musik und Bewegung, Handgeräte, Tanzstile und Fitness-Trends. Daneben wird auch Hintergrundwissen zu Anatomie und Physiologie, Planung von Unterrichtsstunden, Grundlagen des Trainings, Führen von Gruppen, zielgruppenspezifischen Besonderheiten sowie zu Aufsichts- und Rechtsfragen vermittelt.

Datum:        16.-18. September, 01.-08. Oktober und 22./23. Oktober (Lernerfolgskontrolle)

Zeit:            jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr

Ort:             Koblenz

Meldeschluss: 19. August

Gebühr:        150,00 EUR incl. Mittagessen  
                   425,00 EUR incl. Übernachtung im DZ Verpflegung

# 2. Lizenzstufe

## „Sport in der Prävention“



(falls gewünscht), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

Mit der 2. Lizenzstufe zum Pluspunkt Gesundheit.DTB!!!

### Für Qualität im Gesundheitssport

#### Der Pluspunkt Gesundheit.DTB bringt s - die Vorteile für den Verein!

Gibt es in Ihrem Verein Gesundheitssport - als Kurs oder als festes Gruppenangebot? Zum Beispiel Wirbelsäulengymnastik, Rückenschule, Funktionsgymnastik, Fit und Gesund im Alter oder Herz-Kreislauf-Training? Haben Sie ihn schon, den Pluspunkt Gesundheit.DTB?

Pluspunkt Gesundheit.DTB-Vereinsangebote

- signalisieren Qualität und Kompetenz auch nach außen,
- haben ein besseres Image in der Öffentlichkeit,
- haben Vorteile im Wettbewerb gegenüber anderen Angeboten,
- bieten Vorteile bei Verhandlungen und Gesprächen mit Partnern und Sponsoren,
- aus dem Bereich Prävention werden automatisch mit der Dachmarke „Sport pro Gesundheit“ ausgezeichnet,
- aus dem Bereich Prävention werden von der Bundesärztekammer und den Krankenkassen empfohlen,
- stehen im Internet,
- werden mit exklusivem Lehrmaterial für die Übungsleiter ausgestattet.

Welche Unterlagen müssen beim Landesturnverband eingereicht werden?

- ausgefüllter Pluspunkt-Antrag (1 Angebot pro Antrag)
- ausgefülltes Rahmenkonzept
- Kopie der gültigen Lizenz auf der 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ oder Nachweis einer bewegungs- und sportbezogenen Berufsausbildung

Die Antragsformulare gibt es im Internet unter [www.tvm.org](http://www.tvm.org) oder [www.rhtb.org](http://www.rhtb.org) zum Download

Anmerkung: Mit dem Pluspunkt Gesundheit.DTB ausgezeichnete Angebote werden nicht automatisch von Krankenkassen unterstützt.

#### Interesse Klar!

Weitere Infos gibt Ihnen Ihr zuständiger Landesturnverband:  
Turnverband Mittelrhein: Telefon 0261/135-153, E-Mail [referent-ausbildung@tvm.org](mailto:referent-ausbildung@tvm.org)  
Rhein Hessischer Turnerbund: Telefon 06131/9417-12, E-Mail [gesundheitsport@rhtb.org](mailto:gesundheitsport@rhtb.org)

### Entspannung und Stressbewältigung

#### 104

#### „Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ mit dem Profil „Entspannung und Stressbewältigung“

Diese Ausbildung qualifiziert Übungsleiter/innen, Präventionsgruppen, insbesondere im Bereich Entspannungstraining/Stressreduktion, eigenverantwortlich und kompetent leiten zu können. Folgende Inhalte werden u.a. vermittelt: Spannung und Entspannung, Atmen und Entspannen, Psychologie und Physiologie der Entspannung, Fernöstliche Bewegungsformen, Dehnen und Entspannen, Lockern und Entspannen, Körperwahrnehmung, Kennen lernen unterschiedlicher Entspannungsmethoden.

Anmerkung: Übungsleiter/innen mit dieser Qualifikation werden im Falle eines Kursangebotes im Verein nicht automatisch von Krankenkassen anerkannt.

Voraussetzung: Besitz einer ÜL-Lizenz auf der 1. Lizenzstufe (Lizenzkopie mit Anmeldung einreichen)

Datum: 29. Juli - 04. August incl. Lernerfolgskontrolle

Zeit: jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr

Ort: Koblenz

Meldeschluss: 01. Juli

Gebühr: 225,00 EUR incl. Mittagessen (Gymcard-Ermäßigung 15,00 EUR), zuzüglich 175,00 EUR für Übernachtung im DZ Verpflegung (falls gewünscht), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### Haltung und Bewegung

#### 151b

#### „Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ mit dem Profil „Haltung und Bewegung“ ( 0 LE)

Diese Ausbildung qualifiziert Übungsleiter/innen, Präventionsgruppen, insbesondere in den Bereichen Wirbelsäulen- und Funktionsgymnastik, eigenverantwortlich und kompetent zu leiten. Vermittelt werden in dieser Ausbildung u.a. Bau und Funktion des Haltungs- und Bewegungsapparates, Muskeltraining in der Prävention, Muskuläre Dysbalancen erkennen und beheben, Funktionelle Gymnastik in Theorie und Praxis, Risiken und Grenzen, Mobilisation und Dehnung, Stabilisation und Kräftigung. Mit dieser Ausbildung ist die Qualifikation zur Beantragung des Gütesiegels „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ erreicht. Die abgeschlossene Ausbildung ist auch Teilnahmevoraussetzung für das DTB-Special „Rücken-Aktiv“, welches den Teilnehmern, die mit den Krankenkassen kooperieren möchten, empfohlen wird. Das Special findet am 29. Mai statt (extra Anmeldung erforderlich!).

Voraussetzung: Gültige 1. Lizenzstufe

Datum: 25.-27. März und 1.-3. April und 27./28. Mai (Lernerfolgskontrolle)

### Zusatzinformation:

**Achtung:** Möglichkeit auch Profil „Herz-Kreislauf“ zu erhalten durch Zusatzwochenende: 13.-15. Mai (Zusatzkosten 70,00 EUR) **Wenn Sie beide Profile erwerben möchten, bitte unter 151 c anmelden!**

**Zeit:** Fr. ab 17.00 Uhr, Sa. So. ganztägig

**Ort:** Mainz

**Referent:** Lehrteam des RHTB

**Meldeschluss:** 27. Februar

**Gebühr:** GYM CARD-Preis: 175,00 EUR (245,00 EUR für beide Ausbildungen) reg. Preis: 190,00 EUR (260,00 EUR für beide Ausbildungen) Nichtmitglieder eines Vereins der rheinland-pfälzischen Turnverbände zahlen eine Zusatzgebühr von 50,00 EUR (90,00 EUR für beide Ausbildungen)

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 102

#### „**Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ mit dem Profil „Haltung und Bewegung“ incl. Special „Rücken-Aktiv“**“

Diese Ausbildung qualifiziert Übungsleiter/innen, Präventionssportgruppen - insbesondere in den Bereichen Rückengymnastik und Funktionelle Gymnastik - eigenverantwortlich und kompetent zu leiten. Folgende Inhalte werden u.a. vermittelt: Bau und Funktion des Haltnungs- und Bewegungsapparates, Muskeltraining in der Prävention, Muskuläre Dysbalancen erkennen und beheben, Funktionelle Gymnastik in Theorie und Praxis, Risiken und Grenzen, Mobilisation und Dehnung, Stabilisation und Kräftigung, Kräftigung mit Zusatzgeräten, Haltungsschulung.

**Voraussetzung:** Besitz einer ÜL-Lizenz auf der 1. Lizenzstufe (Lizenzkopie mit Anmeldung einreichen)

**Datum:** 26.-30. April (Ausbildung)  
01. Mai (Special Rücken-Aktiv)  
14. Mai (Lernerfolgskontrolle)

**Zeit:** jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr

**Ort:** Koblenz

**Meldeschluss:** 25. März

**Gebühr:** 225,00 EUR incl. Mittagessen (Gymcard-Ermäßigung 15,00 EUR), zuzüglich 175,00 EUR für Übernachtung im DZ Verpflegung (falls gewünscht) zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### Herz-Kreislauf-Training

### 151a

#### „**Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ mit dem Profil „Herz-Kreislauf-Training“ ( o LE)**“

Diese Ausbildung qualifiziert Übungsleiter/innen, Präventionsgruppen, insbesondere in dem Bereich Herz-Kreislauf-Training eigenverantwortlich und kompetent zu leiten. Mit dieser Ausbildung ist die Qualifikation zur Beantragung des Gütesiegels „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ erreicht. Die abgeschlossene Ausbildung ist auch Teilnahmevoraussetzung für das DTB-Special „Cardio-Aktiv“, welches den Teilnehmern, die mit den Krankenkassen kooperieren möchten, empfohlen wird. Das Special findet am 28. August statt (extra Anmeldung erforderlich!)

**Voraussetzung:** Gültige 1. Lizenzstufe

**Datum:** 25.-27. März und 13.-15. Mai und 27./28. Mai (Lernerfolgskontrolle)

### Zusatzinformation:

**Achtung:** Möglichkeit auch Profil „Haltung und Bewegung“ zu erhalten durch Zusatzwochenende 1.-3. April (Zusatzkosten: 70,00 EUR) **Wenn Sie beide Profile erwerben möchten, bitte unter 151 c anmelden!**

**Zeit:** Fr. ab 17.00 Uhr, Sa. So. ganztägig

**Ort:** Mainz

**Referent:** Lehrteam des RHTB

**Meldeschluss:** 27. Februar

**Gebühr:** GYM CARD-Preis: 175,00 EUR (245,00 EUR für beide Ausbildungen) reg. Preis: 190,00 EUR (260,00 EUR für beide Ausbildungen) Nichtmitglieder eines Vereins der rheinland-pfälzischen Turnverbände zahlen eine Zusatzgebühr von 50,00 EUR (90,00 EUR für beide Ausbildungen)

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 109

#### „**Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ mit dem Profil „Herz-Kreislauf-Training“ incl. Kursleiter-Ausbildung „Walking/ Nordic Walking“ und Special „Cardio-Fit“**“

Diese Ausbildung qualifiziert Übungsleiter/innen, Präventionssportgruppen - insbesondere in der Herz-Kreislauf-Prävention - eigenverantwortlich und kompetent zu leiten. Folgende Inhalte werden u.a. vermittelt: Aufbau und Funktion von Herz und Kreislauf, Ausdauer-Training in der Prävention, Inhalte und Methoden eines gesundheitsorientierten Ausdauertrainings (Walking, Jogging, Aerobic als Gesundheitssport, Spiele zur Ausdauerschulung).

**Voraussetzung:** Besitz einer ÜL-Lizenz auf der 1. Lizenzstufe (Lizenzkopie mit Anmeldung einreichen)

**Datum:** 10.-14. Oktober (Ausbildung)  
15. Oktober (Special Cardio-Fit)  
16. Oktober (Kursleiter Walking/Nordic Walking)  
22. Oktober (Lernerfolgskontrolle)

**Zeit:** jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr

**Ort:** Koblenz

**Meldeschluss:** 09. September

**Gebühr:** 250,00 EUR incl. Mittagessen (Gymcard-Ermäßigung 15,00 EUR), zuzüglich 200,00 EUR für Übernachtung im DZ Verpflegung (falls gewünscht) zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

Voraussetzung: Basismodul „Fitnessstraining“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz)  
Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

## Haltung und Bewegung und Herz-Kreislauf-Training

### 151C Sport in der Prävention Profil „ Herz-Kreislauf-Training Haltung und Bewegung“ (95 LE)

Die Inhalte dieser Ausbildung sind 151a 151b

Voraussetzung: Gültige 1. Lizenzstufe

Datum: 25.-27. März und 1.-3. April und 13.-15. Mai und 27./28. Mai (Lernerfolgskontrolle)

Zeit: Fr. ab 17.00 Uhr, Sa. So. ganztägig

Ort: Mainz

Referent: Lehrteam des RhTB

Meldeschluss: 27. Februar

Gebühr: GYM CARD-Preis: 245,00 EUR reg. Preis: 260,00 EUR  
Nichtmitglieder eines Vereins der rheinland-pfälzischen Turnverbände zahlen ein Zusatzgebühr von 90,00 EUR

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

Datum: 16.-21. April incl. Lernerfolgskontrolle

Zeit: SA ab ca. 12.00 Uhr, SO-DO jeweils ganztags (50 LE)

Ort: Koblenz

Referenten: TVM-Referententeam

Meldeschluss: 18. März

Gebühr: 320,00 EUR incl. Mittagessen für GYM CARD-Inhaber / 450,00 EUR reguläre Gebühr  
zuzüglich 150,00 EUR für 5 x Übernachtung im DZ/ Frühstück (falls gewünscht)  
(Frühbucherrabatt 30,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## DTB-Trainer-Ausbildung

### A•ua-Fitness

#### 116 DTB-Trainer-Ausbildung „A•uaFitness“

Bewegung im Wasser macht Spaß, ist effektiv, gesund und gleichermaßen für Jung bis Alt geeignet. Diese Ausbildung qualifiziert, Aqua-Training mit unterschiedlicher Schwerpunktsetzung in verschiedenen Zielgruppen zu unterrichten. Die Ausbildung schließt mit einer Prüfung ab, die theoretische und praktische Teile hat. Inhalte sind:

- Physikalische Gesetzmäßigkeiten des Mediums Wasser
- Anatomisch-physiologische Grundlagen
- Basisbewegungen im Wasser
- Methodisch-didaktische Grundlagen
- Training von Kraft, Ausdauer, Koordination
- Körperwahrnehmung und Entspannung
- Spielerische Sequenzen
- Einsatz von Geräten und Musik
- Aufbau und Entwicklung einer Aquafitness-Stunde
- Öffentlichkeitsarbeit, Marketing, Kostenkalkulation

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die Teilnehmer das Zertifikat „DTB-Trainer/in AquaFitness“. Verlängerung des Zertifikates alle 2 Jahre mit mindestens 8 LE fachspezifischer Fortbildung. Die Fortbildungsmaßnahmen müssen eine von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahme sein.

### Pilates

Aufbau der DTB-Trainer-Ausbildung Pilates:



**DTB-Kursleiter-Ausbildung „Pilates“ Stufe 1 (bisher: Einsteigerkurs) 25 LE**



**DTB-Kursleiter-Ausbildung „Pilates“ Stufe 2 (bisher: Aufbaukurs) 25 LE**

Pilates-Kursleiter, die bereits den Einsteigerkurs absolviert haben, können bei Stufe 2 einsteigen



**DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Qualifikationskurs Stufe 3 (25 LE)**

Pilates-Kursleiter, die bereits Einsteiger- und Aufbaukurs absolviert haben, können bei Stufe 3 einsteigen



**DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Qualifikationskurs Stufe 4 (25 LE)**



**DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Prüfungskurs Stufe 5 (20 LE)**

Nach erfolgreicher Teilnahme: Zertifikat zum DTB-Trainer Pilates

Die Stufen 3, 4 und 5 müssen in dieser Folge nacheinander absolviert werden. Es wird empfohlen, die Qualifikationskurse Stufe 3 und 4 sowie den Prüfungskurs Stufe 5 innerhalb von 2 Jahren zu absolvieren

#### 110 DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Stufe 4

„Gesundheitsfördernd und vielfältig - Gesundheits-Know-how“

- Einführung von fortgeschrittenen Pilates-Übungen mit typischen

- Pilates-Kleingeräten
- Wie gestalte ich eine harmonische Pilates-Stunde mit einem gelungenen Stundeneinstieg und einem passenden Stundenabschluss?
- Erarbeiten von Bewegungsverbindungen: Pilates Flow
- Kontraindikationen und Risikogruppen für das Pilates-Training
- Erarbeitung und praktische Demonstration von gesundheitsfördernden Aspekten des Pilates-Trainings
- Kraftaufbau und Stabilisation
- Modellstunden
- Kurze Lehrprobe mit individueller Rückmeldung zur Prüfungsvorbereitung
- Prüfungsvorbereitung II
- Vergabe der Prüfungsthemen

Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.

Die Teilnehmer bekommen in Stufe 4 ein Prüfungsthema ausgehändigt, welches in Form einer schriftlichen Ausarbeitung bearbeitet und in Form einer praktischen Lehrprobe demonstriert wird. Die schriftliche Ausarbeitung ist dem Ausbildungsleiter zu Beginn des Prüfungskurses auszuhändigen.

Voraussetzung: Teilnahme an Stufe 3 (Kopie Teilnahmebescheinigung beifügen)

Datum: 21.-23. Januar  
 Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)  
 Ort: Koblenz  
 Referentin: Andrea Flach-Meyerer  
 Meldeschluss: 17. Dezember 2010  
 Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/ Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 112 DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Stufe 5

„Das Ziel vor Augen - Supervisionskurs“

- Abgabe der schriftlichen Ausarbeitung an den Ausbildungsleiter
- Supervision der Teilnehmer, individuelles Coaching
- Praktische Lehrprobe
- Gemeinsamer Abschluss der DTB-Trainer-Ausbildung mit einem Pilates-Highlight

Nach bestandener Prüfung erhalten die Teilnehmer ein Zertifikat mit dem Abschluss „DTB-Trainer Pilates“. Verlängerung des Zertifikates alle zwei Jahre mit 8 LE fachspezifischer Fortbildung. Die Fortbildungsmaßnahmen müssen eine von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahme sein.

Voraussetzung: Teilnahme an den Stufen 1-4 (Kopien Teilnahmebescheinigungen beifügen)

Datum: 19./20. Februar  
 Zeit: jeweils ca. 09.00 - 19.00 Uhr (20 LE)

Ort: Koblenz  
 Referentin: Andrea Flach-Meyerer  
 Meldeschluss: 21. Januar  
 Gebühr: 130,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 180,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 30,00 EUR für 1 x Übernachtung im DZ/ Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 10,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)  
 Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 114 DTB-Kursleiter-Ausbildung „Pilates“ Stufe 1

„Pilates kennen lernen - Powerhouse, Muskeln und Methoden“  
 Joseph Pilates und seine Geschichte

- Bewegungsprinzipien der Pilates Methode
- Das Powerhouse und seine Muskulatur
- Erlernen der Atemtechnik
- Ausgewählte Übungen aus dem Mattenprogramm
- Die Integration der Übungen in den Unterricht
- Erweiterung des Übungsprogramms durch Einbeziehung des Pilates Balance Ball

Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Basismodul „Fitnesstraining“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz)  
 Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 08.-10. April  
 Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)  
 Ort: Koblenz  
 Referentin: Andrea Flach-Meyerer  
 Meldeschluss: 11. März  
 Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/ Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 162 DTB-Kursleiter-Ausbildung „Pilates“ Stufe 1

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 114

Voraussetzung: Basismodul „Fitnesstraining“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz)  
 Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 06.-08. Mai  
 Zeit: Fr. ab 15.00 Uhr, Sa. Son. ganztägig  
 Ort: Mainz  
 Referentin: Andrea Flach-Meyerer  
 Meldeschluss: 08. April  
 Anerkennung: Teilnahmebescheinigung sowie Berechtigung zur Teilnahme am Aufbaukurs

Verlängerung der 1. 2.Lizenzstufen, DTB Aerobic-Trainer / Rückentrainer / GroupFitness / Dance  
Gebühr: GYM CARD Preis: 165,00 EUR  
Regulärer Preis: 230,00 EUR,  
Frühbucher-Rabatt: Buchung bis zum 28. Februar Frühbucherrabatt 15,00 EUR  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 119 DTB-Kursleiter-Ausbildung „Pilates“ Stufe 2

„Pilates aufbauen - das Übungsprogramm erweitern“

- Erweitertes Übungsprogramm
- Pilates Anatomie
- Der Einsatz von Kleingeräten
- Stundenaufbau und Lehrverhalten
- Lernkontrolle

Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten die Teilnehmer das DTB-Kursleiter/in-Zertifikat Pilates mit unbegrenzter Gültigkeit.

Voraussetzung: Teilnahme an der Stufe 1 (Kopie Teilnahmebescheinigung beifügen) sowie intensives eigenes Pilates-Training über mind. 3 Monate

Datum: 05.-07. August  
Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Andrea Flach-Meyer  
Meldeschluss: 08. Juli  
Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 163 DTB-Kursleiter-Ausbildung „Pilates“ Stufe 2

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 119

Voraussetzung: Teilnahmebestätigung der DTB-Kursleiter/in Ausbildung „Pilates“ Stufe 1 (Einsteigerkurs)

Datum: 19.-21. August  
Zeit: Fr. ab 15.00 Uhr, Sa. Son. ganztägig  
Ort: Mainz  
Referentin: Andrea Flach-Meyer  
Meldeschluss: 22. Juli  
Anerkennung: Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie ein Zertifikat: DTB-Kursleiter/in Pilates mit unbegrenzter Gültigkeit Berechtigung zur Teilnahme an der Pilates Trainer Ausbildung Stufe 3, Verlängerung der 1. 2.Lizenzstufen, DTB Aerobic-Trainer / Rückentrainer / GroupFitness / Dance

Gebühr: GYM CARD Preis: 165,00 EUR  
Regulärer Preis: 230,00 EUR  
Frühbucher-Rabatt: Buchung bis zum 28. Februar Früh-

bucherrabatt 15,00 EUR  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 123 DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Stufe 3

„Schritt für Schritt in die eigene Unterrichtspraxis - Pilates unterrichten und anleiten mit Pilates Equipment“

- Vertiefung der Basisübungen
- Einführung, Entwicklung und methodischer Aufbau von Pilates Übungen im mittleren und höheren Level
- Einführung von typischem Pilates Equipment, wie zum Beispiel Pilates Rolle, Pilates Circle, Sitzball. Erweiterung des Übungsrepertoires durch das Hinzunehmen der Geräte und zur Entwicklung neuer Stundenformate.
- Methodik: Wie bahne ich Übungen an, wie baue ich sie langsam auf, Vermittlung von methodischen Reihen.
- Pilates-Trainingslehre - wie erreichen meine Teilnehmer einen fortlaufenden und dauerhaften Trainingserfolg
- Weiterführende Anatomie
- Übungen professionell instruieren
- Haltungs- und Bewegungsfehler bei der Durchführung des Trainings erkennen und gezielt korrigieren
- Aufbau einer Pilates-Stunde
- Ideenpool für den Stundenbeginn
- Modellstunden
- Kurze Lehrprobe mit individueller Rückmeldung
- Prüfungsvorbereitung I

Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Teilnahme an Stufe 2 (Kopie Kursleiter-Zertifikat Pilates beifügen)

Datum: 23.-25. September  
Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Andrea Flach-Meyer  
Meldeschluss: 26. August  
Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 165 DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Stufe 3

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 123

Voraussetzung: Teilnahmebestätigung der DTB-Kursleiter/in Ausbildung „Pilates“ Stufe (Aufbaukurs)

Datum: 21.-23. Oktober  
Zeit: Fr. ab 15.00 Uhr, Sa. Son. ganztägig  
Ort: Mainz

Referentin: Corinna Michels-Blum  
 Meldeschluss: 23. September  
 Anerkennung: Teilnahmebescheinigung sowie Berechtigung zur Teilnahme am Qualifizierungskurs Stufe 4  
 Verlängerung der 1. 2. Lizenzstufen, DTB Aerobic-Trainer / Rückentrainer / GroupFitness / Dance  
 Gebühr: GYM CARD Preis: 165,00 EUR  
 Regulärer Preis: 230,00 EUR  
 Frühbucher-Rabatt: Buchung bis zum 28. Februar Frühbucherrabatt 15,00 EUR  
 Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 126 DTB-Trainer-Ausbildung „Pilates“ Stufe 4

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 110  
 Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.  
 Die Teilnehmer bekommen im Qualifizierungskurs der Stufe 4 ein Prüfungsthema ausgehändigt, welches in Form einer schriftlichen Ausarbeitung bearbeitet und in Form einer praktischen Lehrprobe demonstriert wird. Die schriftliche Ausarbeitung ist dem Ausbildungsleiter zu Beginn des Prüfungskurses auszuhändigen.  
 Voraussetzung: Teilnahme an Stufe 3 (Kopie Teilnahmebescheinigung beifügen)  
 Datum: 18.-20. November  
 Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)  
 Ort: Koblenz  
 Referentin: Andrea Flach-Meyer  
 Meldeschluss: 21. Oktober  
 Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)  
 Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## DTB-Kursleiter-Ausbildung

### Babys in Bewegung

#### 118 EU DTB-Kursleiter-Ausbildung „Babys in Bewegung - mit allen Sinnen“, Modul 1 - Das Baby von 3 - 6 Monaten

Babys erobern sich über Bewegung und Sinneswahrnehmungen die Welt. Sie sind von Anfang an aktiv, interessiert und lernfähig. Die Babys in den einzelnen Entwicklungsphasen zu begleiten und sie so zu unterstützen, ist das Ziel des Kurses. Inhalte:

- Bausteine der kindlichen Entwicklung
- Bewegungs- und Körpererfahrung mit allen Sinnen
- Babymassage
- Spielerische Bewegungen für Eltern und Kinder
- Lieder und Fingerspiele für das 1. Lebensjahr
- Handling (Tragen und Sitzen)
- Planung von Gruppenstunden und Elternabenden
- Vorstellen von Arbeitsmaterialien und ihren Einsatzmöglichkeiten
- Netzwerke

Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung (Ausgabe DTB-Kursleiter/in-Zertifikat „Babys in Bewegung - mit allen Sinnen“ mit unbegrenzter Gültigkeit nach Absolvierung des Moduls 2 „Das Baby von 6-12 Monaten“).

Voraussetzung: Erfahrungen im Umgang mit (Klein-)Kindern, gültige Übungsleiter-Lizenz „Kinderturnen“ oder „Eltern-Kind-Turnen“ oder gleichwertige Qualifikation (auf Anfrage)

Datum: 05./06. Juli  
 Zeit: Dienstag/Mittwoch ganztags (20 LE)  
 Ort: Koblenz  
 Referentin: Cornelia Lohmann  
 Meldeschluss: 01. Juni  
 Gebühr: 140,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 195,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 30,00 EUR für 1 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 10,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### Entspannungstechniken

#### 115 DTB-Kursleiter-Ausbildung „Entspannungstechniken“

Entspannungstechniken spielen heutzutage eine große Rolle in der Stressprophylaxe und -bewältigung. Dabei gibt es so viele unterschiedliche Entspannungstechniken, wie es Menschen gibt. Diese Ausbildung bietet einen umfangreichen Einblick in die Vielfalt der Entspannungstechniken und wie man sie vermittelt. Techniken für den Körper, Geist und Seele werden gleichermaßen vorgestellt und ihre Wirkung auf das Wohlbefinden des Teilnehmers erlebbar gemacht. Inhalte:

- Was ist Entspannung?
- Wirkung von Entspannungstechniken (Körper, Geist, Seele)
- Autogenes Training, PME, Qi Gong, Yoga,
- Eutonie, Fantasiereisen, Atemtechniken, Suggestion und Meditation u.a.m.
- Kurzentspannungstechniken
- Anleitung von Entspannungsübungen
- Planung und Durchführung eines Entspannungskurses
- Modellstunden
- Transfer in den Alltag

Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer das Zertifikat „DTB-Kursleiter/in Entspannungstechniken“ mit unbegrenzter Gültigkeit.

Voraussetzung: Basismodul „Fitnessstraining“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz)  
Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 15.-17. April  
Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Anne Pröll  
Meldeschluss: 18. März  
Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

Datum: 11.-13. Februar  
Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Andrea Flach-Meyerer  
Meldeschluss: 14. Januar  
Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 113 DTB-Kursleiter-Ausbildung „ oga“ Stufe 5

„Den Gipfel erklimmen - Supervisionskurs“

- Abgabe der Stundenausarbeitungen
- Eigene Präsentation einer Stundenphase
- Feedback, Supervision und Coaching durch den Ausbildungsleiter
- Ausgabe der Zertifikate
- Die Gipfelerfahrung: Gemeinsamer Abschluss

Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten die Teilnehmer das Zertifikat „DTB-Kursleiter Yoga“ mit unbegrenzter Gültigkeit.

Voraussetzung: Teilnahme an den Stufen 1-4 (Kopie Teilnahmebescheinigungen beifügen). Um zur Supervision zugelassen zu werden, muss außerdem eigene Yoga-Erfahrung schriftlich nachgewiesen werden. Die Teilnehmer bekommen in der Stufe 4 ein Thema für eine Lehrprobe ausgehändigt.

Datum: 02./03. April  
Zeit: jeweils ca. 09.00 - 19.00 Uhr (20 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Andrea Flach-Meyerer  
Meldeschluss: 04. März  
Gebühr: 130,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 180,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 30,00 EUR für 1 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 10,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 11

### DTB-Kursleiter-Ausbildung „ oga“ Stufe 1

„Das Feuer erwecken - Der Facettenreichtum des Hatha-Yoga“

- Geschichte, Hintergründe und philosophische Grundlagen
- Was ist Hatha-Yoga
- Prinzipien des Hatha-Yoga
- Bewusstheit statt Perfektion
- Die Vielfältigkeit des Sonnengrußes
- Yoga-Atmung
- Statische und Dynamische Asana-Praxis
- Modellstunden

## oga

Aufbau der DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga:

**DTB-Kursleiter-Ausbildung „ oga“ Stufe 1 (25 LE)**



**DTB-Kursleiter-Ausbildung „ oga“ Stufe 2 (25 LE)**



**DTB-Kursleiter-Ausbildung „ oga“ Stufe 3 (25 LE)**



**DTB-Kursleiter-Ausbildung „ oga“ Stufe 4 (25 LE)**



**DTB-Kursleiter-Ausbildung „ oga“ Stufe 5 Supervisionskurs (20 LE)**

Nach erfolgreicher Teilnahme: Zertifikat zum DTB-Kursleiter Yoga  
Die Stufen 1 und 2 können bei unterschiedlichen Verbänden gebucht werden.

Die Stufen 3, 4 und 5 sind bei einem Anbieter (Referent) und in der Reihenfolge zu absolvieren.

## 111 DTB-Kursleiter-Ausbildung „ oga“ Stufe 4

„Schritt für Schritt in die eigene Unterrichtspraxis - Yoga unterrichten und anleiten“

- In sinnvollen Schritten zu einer Asana: Wie baue ich eine Position auf? Hinführungs- und Vorbereitungsübungen
- Konzeption und Aufbau eines Yoga-Kurses
- Anleiten im Unterricht
- Zur Rolle und Aufgabe des Yoga-Lehrers: Körperausdruck, Teilnehmeransprache, Fragen als methodisches Mittel
- Spezielle Unterrichtsprinzipien und -techniken des Yoga

Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Teilnahme an der Stufe 3 (Kopie Teilnahmebescheinigung beifügen)

Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Basismodul „Fitnesstraining“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz), sowie eigene Yoga-Erfahrung. Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 17.-19. Juni

Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Andrea Flach-Meyer

Meldeschluss: 20. Mai

Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 121

### DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 2

„Energie im Fluss - Yoga rund um die Wirbelsäule“

- Energiefluss durch Aufrichtung
- Die innere und die äußere Haltung
- Die acht Bewegungsrichtungen der Wirbelsäule
- Energielehre, Energiemanagement, Energiefluss, die Chakren
- Zur Bedeutung des Gleichgewichts
- Yoga-Praxis: Vorbeugen, Rückbeugen, Seitbeugen
- Modellstunden

Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Teilnahme an der Stufe 1 (Kopie Teilnahmebescheinigung beifügen)

Datum: 26.-28. August

Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Andrea Flach-Meyer

Meldeschluss: 29. Juli

Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 164

### DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 1

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 117

Voraussetzung: Basismodul „Fitnesstraining“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz), sowie eigene Yoga-Erfahrung. Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 23.-25. September

Zeit: Fr. ab 15.00 Uhr, Sa. So. ganztägig

Ort: Mainz

Referent: Simone Bopp

Meldeschluss: 26. August

Gebühr: GYM CARD Preis: 165,00 EUR

Regulärer Preis: 230,00 EUR

Frühbucher-Rabatt: Buchung bis zum 28. Februar Frühbucherrabatt 15,00 EUR

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 124

### DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 3

„Zur Ruhe kommen - Mit Yoga ins Gleichgewicht“

- Wahrnehmung und Entspannung
- Die Wahrnehmung lenken
- Spannungsausgleich
- Ruhe aushalten können
- Bewegung in Ruhe
- Stille Entspannungsformen
- Asana-Praxis: Rotationen, Drehhaltungen, Umkehrhaltung (Pranayama)
- Wechselatmung

Nach aktiver Teilnahme erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Teilnahme an der Stufe 2 (Kopie Teilnahmebescheinigung beifügen)

Datum: 14.-16. Oktober

Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Andrea Flach-Meyer

Meldeschluss: 16. September

Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 166

### DTB-Kursleiter-Ausbildung „Yoga“ Stufe 2

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 121

Voraussetzung: Teilnahme an der Stufe 1 (Kopie Teilnahmebescheinigung beifügen)

Datum: 28.-30. Oktober

Zeit: Fr. ab 15.00 Uhr, Sa. Son. ganztägig

Ort: Mainz

Referent: Simone Bopp

Meldeschluss: 30. September

Anerkennung: Nach Absolvierung dieser Weiterbildung erhalten die Teilnehmer eine Bescheinigung.

Gebühr: GYM CARD Preis: 165,00 EUR

Regulärer Preis: 230,00 EUR

## DTB-Weiterbildung

Frühbucher-Rabatt: Buchung bis zum 28. Februar Frühbucherrabatt 15,00 EUR

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 12 DTB-Kursleiter-Ausbildung „oga“ Stufe 4

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 111

Voraussetzung: Teilnahme an der Stufe 3 (Kopie Teilnahmebescheinigung beifügen)

Datum: 02.-04. Dezember

Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Andrea Flach-Meyer

Meldeschluss: 04. November

Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

Ausreichendes Takt- und Musikgefühl

Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 19.-20. März

Zeit: Sa. Son. ganztägig

Ort: Mainz

Meldeschluss: 18. Februar

Gebühr: GYM CARD Preis: 180,00 EUR

Regulärer Preis: 250,00 EUR

Frühbucher-Rabatt: Buchung bis zum 28. Februar Frühbucherrabatt 10,00 EUR

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 125 DTB-Weiterbildung „AROHA«-Instructor“

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 161

Voraussetzung: Basismodule „Fitnessstraining“, „Aerobic · Step“ oder „Workout · Stretch“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz)

Ausreichendes Takt- und Musikgefühl

Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 22./23. Oktober

Zeit: jeweils ca. 09.00 - 18.00 Uhr (15 LE)

Ort: Koblenz

Referent: Bernhard Jakszt

Meldeschluss: 23. September

Gebühr: 180,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 250,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 30,00 EUR für 1 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 10,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## DTB-Weiterbildung

### AROHA

#### 161 DTB-Weiterbildung „AROHA«-Instructor“

In dieser Ausbildung lernen Sie das faszinierende Konzept von AROHA® kennen. Ausdrucksstarke kraftvolle Bewegungen werden mit sanften, entspannenden Bewegungen verbunden und ergeben so ein innovatives Cardio-Workout, das die Kraft der Mitte, die innere Zentriertheit und ein allgemeines Wohlfühlgefühl spüren lässt und so für alle Altersgruppen und unterschiedliche Fitnesslevel geeignet ist. Inhalte:

- AROHA spezifische Elemente
- AROHA Anweisungen
- AROHA Technik
- Methodik/Didaktik
- Kommunikation
- Stundenaufbau

In der Ausbildung ist enthalten: Umfangreiches Skript, 1 CD mit einer speziell für AROHA komponierten Musik, 1 CD ROM mit Technikschiulung. Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten die Teilnehmer das Zertifikat „AROHA®-Instructor/in“ mit unbegrenzter Gültigkeit. Mit diesem Zertifikat ist der Teilnehmer berechtigt, Kurse unter dem Namen AROHA® anzubieten.

Voraussetzung: Basismodule „Fitnessstraining“, „Aerobic · Step“ oder „Workout · Stretch“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz)

### Dance

#### 120 EU DTB-Weiterbildung „Instructor VideoDanceSTAR“

Dance-Feeling im Körper spüren und die Welt von Hip Hop, Streetdance, Jazz Funk und Funky Moves erschließen. Der groovige Style ist immer wieder trendy - Kids, Teens und nicht nur sie möchten diese coolen Moves nachtanzen. Die Nachfrage nach Kursen dieser Art ist riesig und begeisterte Instructoren sind gefragt, die diese Styles beherrschen, Choreografien entwickeln und Gespür für das Training von Gruppen haben. In der Instructor-VideoDanceSTAR-Weiterbildung lernen und festigen sie die entscheidenden Basics wie Rhythmus zu hören und Bewegung als „Dance“ zu spüren. Nur so können sie als Trainer ihr Wissen und ihre Inspirationen an die eigenen Teilnehmern weitergeben. Begeisterung erleben, Kreativität wecken und trendige Choreografien erlernen - das wird das TOP-Ausbilderteam um Christiane Reiter vermitteln und sie auf ihrem Weg unterstützen. Inhalte:

- Rhythmus hören, fühlen und in Bewegung umsetzen

- Verschiedene Musikrichtungen und Tanzstile kennen lernen und umsetzen
- Körper- und Bewegungsgefühl entwickeln
- Eigene Performance verbessern
- Stundenstrukturen /Stundenprofile
- Trendige Choreografien

Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten die Teilnehmer das DTB-Zertifikat „Instructor VideoDanceSTAR“ mit unbegrenzter Gültigkeit.

Voraussetzung: Basismodule „Aerobic · Step“ oder „Workout · Stretch“ oder Trainer-C Breitensport Gymnastik/Rhythmus/Tanz oder gleichwertige Ausbildung  
Eigene Tanzerfahrungen sind unbedingt erforderlich  
Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 19.-21. August  
Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Christiane Reiter  
Meldeschluss: 22. Juli

Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucher-rabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, ausbildung@tvm.org

## Drums Alive

### 122 DTB-Weiterbildung „Drums-Alive«-Instructor“

Drums Alive® ist ein neuer Trend im Groupfitness. Das ganzheitliche Workout verbindet einfache, aber dynamische Bewegungen mit dem pulsierenden Trommelrhythmus. Drums Alive® steckt voller motivierender Musik und steigert die physische als auch die mentale Fitness. Drums Alive® ist für jung und alt und bringt eine Vielzahl an positiven Effekten mit sich, u. a. Förderung der Durchblutung, Förderung der Sensomotorik, Stress- und Aggressionsabbau. Inhalte:

- Modellstunden
- Grundpositionen und Basisschläge
- Theoretische Hintergründe
- Rhythmusschulung
- Drums Alive® unterrichten

**In der Weiterbildung enthalten:** Umfangreiches Skript, 1 DVD oder CD  
Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten die Teilnehmer das Zertifikat „Drums-Alive®-Instructor/in“ mit unbegrenzter Gültigkeit. Mit diesem Zertifikat ist der Teilnehmer berechtigt, Kurse unter dem Namen Drums-Alive® anzubieten.

Voraussetzung: Basismodule „Fitnesstraining“, „Aerobic · Step“ oder „Workout · Stretch“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz)  
Ausreichendes Takt- und Musikgefühl  
Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

gen.

Datum: 10./11. September  
Zeit: jeweils ca. 09.00 - 18.00 Uhr (15 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentinnen: Sharon Jackson / Frauke Winkler  
Meldeschluss: 12. August  
Gebühr: 180,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 220,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 30,00 EUR für 1 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucherrabatt 10,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, ausbildung@tvm.org

## Stressbewältigung

### 160 DTB-Weiterbildung „Stressbewältigung“

In der gesundheitlichen Prävention rückt das Thema Stressbewältigung immer mehr in den Vordergrund, denn Stress empfindet heutzutage nahezu jede/r - zumindest zeitweilig. Er führt zu physiologischen und psychologischen Reaktionen unseres Körpers und kann langfristig zu Erschöpfung und Krankheit führen. In dieser Ausbildung wird vermittelt, wie gestresste Menschen durch persönliche Erkenntnisse und individuelle Strategien wieder ins Gleichgewicht kommen können. Dies ermöglicht einen gelasseneren Umgang mit Stress und das Erleben von mehr Lebensfreude und positiver Energie. Inhalte:

- Was ist Stress? Was ist Burnout?
- Physiologische und psychophysiologische Reaktionen des Körpers
- Stressprophylaxe-Maßnahmen für Körper und Geist
- Balance der Lebensbereiche, Rollen, Antreiber, Werte, Zeitmanagement
- Umgang mit akutem Stress (Notfalltechniken)
- Planung und Durchführung eines Stressbewältigungskurses
- Modellstunden
- Transfer in den Alltag

Nach aktiver Teilnahme an der Weiterbildung erhalten die Teilnehmer das Zertifikat „DTB-Weiterbildung Stressbewältigung“ mit unbegrenzter Gültigkeit.

Voraussetzung: Basismodul „Fitnesstraining“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz)  
Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 18.-20. Februar  
Zeit: Fr. ab 15.00 Uhr, Sa. Son. ganztägig  
Ort: Mainz  
Referentin: Anne Pröll  
Meldeschluss: 26. Januar  
Gebühr: GYM CARD Preis: 165,00 EUR  
Regulärer Preis: 230,00 EUR  
Frühbucher-Rabatt: Buchung bis zum 28. Februar Frühbucherrabatt 15,00 EUR

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

128

### DTB-Weiterbildung „Stressbewältigung“

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 160

Voraussetzung: Basismodul „Fitnessstraining“ oder gleichwertige/professionelle Ausbildung (u.a. ÜL-, Trainer-Lizenz)  
Bitte der Anmeldung entsprechenden Nachweis beifügen.

Datum: 09.-11. Dezember

Zeit: FR ab ca. 16.00 Uhr, SA/SO ganztags (25 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Anne Pröll

Meldeschluss: 11. November

Gebühr: 165,00 EUR für GYM CARD-Inhaber / 230,00 EUR reguläre Gebühr, zuzüglich 60,00 EUR für 2 x Übernachtung im DZ/Frühstück (falls gewünscht) (Frühbucher-rabatt 15,00 EUR bei Buchung bis 28.02.2011)

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

Sonstiges: Die Teilnehmer nehmen aktiv am Lehrgang teil und sorgen selbst für Unterbringung und Verpflegung! (Übernachtung im Rhein Hessischen Turnbund mit Voranmeldung möglich. 10,00 EUR pro Nacht im Mehrbettzimmer). Bitte feste Hallenschuhe und Turnschlappchen mit Gummisohle (Pflicht!) mitbringen. Schlappchen werden auch vor Ort zum Kauf angeboten.

Meldeschluss: 24. September (max. 20 TN)

Gebühr: 100,00 EUR (Nichtmitglieder eines Vereins der Rheinland-pfälzischen Turnverbände zahlen in der Regel höhere Gebühren, die unter Tel.: 06131/9417-13 erfragt werden können.)

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## L-Assistenten-Ausbildung der Turngaue

### Basisschein

#### Trampolinturnen

154

#### 1. Trampolin Basisschein (38 LE Anwesenheitspflicht mind. 34 LE)

- Sicherheitsbestimmungen beim Umgang mit dem Trampolin
- Methodik und Technik von Sprüngen und Kombinationen bis zum einfachen Salto vorwärts und rückwärts
- Sichern und Helfen
- Gruppenspezifischer Einsatz des Trampolins (Spielformen, usw.)
- Abschließende Praxisprüfung der aktiven Hilfeleistung, sowie Auf- und Abbau des Trampolins

Datum: 12./13. November und 26./27. November (inkl. Lernerfolgskontrolle)

Zeit: 09.00 – 20.15 Uhr

Zielgruppe: Alle am Trampolinturnen Interessierten (z.B. Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Erzieher, Therapeuten, Sportlehrer), die das Trampolin ergänzend oder regelmäßig einsetzen möchten.

Ort: Institut für Sportwissenschaft der Johannes Gutenberg-Universität, Albert Schweitzer Str. 22 55128 Mainz Anfahrt · Lage: <http://www.sport.uni-mainz.de/Sport/120.php>

Leitung: RhTB Landeslehrwart Michael Vid (Kontakt: [michael.vid@web.de](mailto:michael.vid@web.de))

Voraussetzung: Mind. 14 Jahre!

Interesse am Trampolinsport und allgemeine körperliche Fitness.

Anerkennung: zum DTB Trainer Assistenten/in als Zulassungsvoraussetzung für die Trainer C-Ausbildung

01

#### „L-Assistenten/innen Ausbildung Turngau Bingen

ÜL-Assistenten-Ausbildung nach den Richtlinien des Lehrplanes des DTB

Datum: Frühjahr 2011

Zielgruppe: Jugendliche m/w Jg. 1994-1997

Zeit: Zeitplan erfolgt nach Eingang der Meldungen an die Vereine

Ort: Bekanntgabe der Orte erfolgt nach Meldeschluss

Gebühr: für Mitgliedsvereine des TG Bingen 50,00 EUR pro TN  
Nichtmitgliedsvereine 60,00 EUR pro TN

Schriftliche Meldung an TURN GAU BINGEN, Geschäftsstelle Verona Engelmann, Eisenacher Str. 12, 55218 Ingelheim, [info@turngau-bingen.de](mailto:info@turngau-bingen.de)

02

#### „L-Assistenten/innen Ausbildung Turngau Worms

ÜL-Assistenten-Ausbildung nach DTB Richtlinien: Erste Hilfe, Kraft- und Beweglichkeitstraining, Methodik der Grundelemente sowie Sichern und Helfen im Gerätturnen, Kleine Spiele, Leichtathletik, Abenteuerturnen, Einführung ins Minitramp, Wettkampfvorbereitung und Durchführung, Einführung in das Kampfrichterwesen (ehemals D-Lizenz)

Datum: 20.-21.08 17.-18.09. 15.-16.10. 5.-6.11. 8.1.2012 (LEK) 4 Wochenenden plus Prüfung (Lehrprobe) – 40 LE

Meldeschluss: 31. Juni

Zielgruppe: Jugendliche ab 14 Jahre, die im Verein mithelfen wollen (1997 ä.)

Zeit: SA von 09 – 16 Uhr, SO von 10 – 14 Uhr (genauer Zeitplan nach Eingang der Meldungen)

Ort: Schulturnhalle in 67590 Monsheim, Moltkestraße

# DTB-AKADEMIE AUSSENSTELLE KOBLENZ

## HOCH IM KURS

### DTB-Trainer

- DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 4 21.-23. Januar
- DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 5 Prüfungskurs 19./20. Februar
- DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 1 08.-10. April
- DTB-Trainer-Ausbildung „Aqua-Fitness“ 16.-21. April
- DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 2 05.-07. August
- DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 3 23.-25. September
- DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 4 18.-20. November

### DTB-Kursleiter

- DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 4 11.-13. Februar
- DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 5 02./03. April
- DTB-Kursleiter-Ausbildung „Entspannungstechniken“ 15.-17. April
- DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 1 17.-19. Juni
- DTB-Kursleiter-Ausbildung „Babys in Bewegung - mit allen Sinnen“: Modul 1 - Das Baby von 3 - 6 Monaten 05./06. Juli
- DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 2 26.-28. August
- DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 3 14.-16. Oktober
- DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 4 02.-04. Dezember
- 

### DTB-Weiterbildung

- DTB-Weiterbildung „Instructor VideoDanceSTAR“ 19.-21. August
- DTB-Weiterbildung „Drums-Alive®-Instructor“ 10./11. September
- DTB-Weiterbildung „AROHA®-Instructor“ 22./23. Oktober
- DTB-Weiterbildung „Stressbewältigung“ 09.-11. Dezember

Die detaillierten Ausschreibungen finden Sie ab Seite 32

#### DTB-Akademie-Maßnahmen in Mainz

##### DTB-Trainer

- DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 1 06.-08. Mai
- DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 2 19.-21. August
- DTB-Trainer Pilates Stufe 3 21.-23. Oktober

##### DTB-Kursleiter

- DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 1 23.-25. September
- DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 2 28.-30. Oktober

##### DTB-Weiterbildung

- DTB-Weiterbildung Stressbewältigung 18.-20. Februar
- DTB-Weiterbildung AROHA-Instructor 19.-20. März

##### Ansprechpartnerin:

Christina Hammerle · T 06131-94170 · [verwaltung@rhtb.org](mailto:verwaltung@rhtb.org)  
Rhein Hessischer Turnerbund e.V., Jahnstr. 4, 55124 Mainz,  
Fax: 06131-941717, Internet: [www.rhtb.org](http://www.rhtb.org)

##### Ansprechpartner:

Hans-Peter Kress  
T 0261/135-153  
[referent-ausbildung@tvm.org](mailto:referent-ausbildung@tvm.org)

Andrea Frank  
T 0261/135-158  
[ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

DTB-Akademie,  
Außenstelle Koblenz,  
Rheinau 10, 56075 Koblenz,  
Fax 0261/135-159,  
Internet: [www.tvm.org](http://www.tvm.org)

# L-Assistenten-Ausbildung der Turngaue



Gebühr: 50,00 EUR  
Sonstiges: keine Übernachtung, am ersten Ausbildungswochenende muss ein aktuelles Lichtbild für Ausweis mitgebracht werden. Weitere Infos unter [www.nibelungen-turngau.de](http://www.nibelungen-turngau.de)

Schriftliche Meldung an Nibelungen-Turngau Worms, Gauoberturnwart Rainer Jordan, Fischmarkt 3, 67547 Worms (mit offiziellem Meldebogen) oder per Mail an [TurngauWorms@aol.com](mailto:TurngauWorms@aol.com) - (Meldeformulare auf der Turngau-Homepage unter „Service“) mit Angabe von Vor- und Zuname, Geb.Datum, Anschrift, PLZ Ort, Verein, Tel. / Handy und E-Mail

03

## L-Assistenten/innen Ausbildung Turngau Mainz

ÜL-Assistenten-Ausbildung nach den Richtlinien des Lehrplanes des DTB

Datum: 10./11.9. 24./25.9. 22./23.10. 5./6.11.  
Meldeschluss: 01. August  
Zielgruppe: Jugendliche ab 14 Jahre  
Zeit: SA 14.00 bis SO 15.00 inkl. Übernachtung  
Ort: Raum Mainz  
Gebühr: 45,00 EUR

Schriftliche Meldung an Holger Morch, Salierstr. 27, 55218 Ingelheim, Tel.: 0160-4402553, [holger.morch@gruppenhelfer-tgmainz.de](mailto:holger.morch@gruppenhelfer-tgmainz.de) (mit offiziellem Anmeldeformular - siehe homepage [www.gruppenhelfer-tgmainz.de](http://www.gruppenhelfer-tgmainz.de))

130

## Übungsleiter-Assistenten-Ausbildung des Turngaues Nahetal

Aufbau einer Übungsstunde, Rhythmik, Tanz und Koordination, Trendsportarten, Abenteuer/Erlebnissport, Jugendgemäße Freizeit, Turnen im Elementarbereich (sichern und helfen), Kleine Spiele, 1. Hilfe Grundlagen, Recht und Versicherung, Lehrproben

Datum: 24. 25. September, 22. 23. Oktober, 12. 13. November  
Zeit: Sa. 13.00 - 21.00 Uhr (Übernachtung),  
So. 08.00 Uhr-12.00 Uhr, Prüfung: wird während der Ausbildung bekannt gegeben

Ort: Niederwöresbach, Turnhalle der KTV Niederwöresbach  
Teilnehmerkreis: Jugendliche ab 14 Jahre  
Leitung: Claudia Hoseus, Wolfgang Scheib  
Referent: Claudia Hoseus, Wolfgang Scheib  
Meldeschluss: 18. Juni

Gebühr: 65,00 EUR pro TN / 55,00 EUR pro TN bei 3 und mehr TN pro Verein, Übernachtung, Samstag Abendessen und Sonntag Frühstück inklusive

Sonstiges: Begrenzte Teilnehmerzahl, da nur begrenzte Bettenzahl vorhanden. Wer einzelne Module besuchen möchte, kann sich jederzeit bei Claudia Hoseus melden. Kosten pro Modul: 6,00 EUR (2 LE). Die LE werden für die Verlängerung der Übungsleiterlizenz anerkannt.

Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: [turngau-nahetal@tvm.org](mailto:turngau-nahetal@tvm.org)

04

## L-Assistenten/innen Ausbildung Turngau Alzey

Erste Hilfe, Krafttraining, kleine Spiele, Leichtathletik, Sichern und Helfen beim Gerätturnen, Abenteuerturnen, Einführung ins Minitramp, Wettkampfvorbereitung und Durchführung, Dance Aerobic, Einführen in Dance Choreographie sowie Einführung in das Kampfrichterwesen (ehemals D-Lizenz)

Herbst 2011

Informationen können bei Michaela Busch eingeholt werden: [Busch-Michaela@t-online.de](mailto:Busch-Michaela@t-online.de)



*Wir sind dabei!*

Die Turnerinnen und Turner freuen sich auf bewegende Blütenmeere.

**23. - 26. Juni 2011  
Koblenz**



**Bundesgartenschau 2011  
Koblenz verwandelt**



**BUGA-Gym 2011  
Koblenz**

Faszination Gymnastik & Tanz

Infos: TVM, Rheinau 10, 56075 Koblenz  
E-Mail: [gymnaestrada@tvm.org](mailto:gymnaestrada@tvm.org)  
Hotline: 0261/135-153 oder 158



# Alle Fortbildungen 2011 im Überblick

## Turnverband Mittelrhein (TVM) Rhein Hessischer Turnerbund (RhTB)

Verband	Lg.-Nr.	Thema	Datum	TVM	400	Dance und Techniktraining - Ein Tag voller Tanz und Leidenschaft!	05. Februar
		<b>Gerätturnen ab Seite 45</b>		TVM	401	Zumba® easy moves	10. April
RhTB	850	Trainerfortbildung Gerätturnen männl. Turngau Mainz	02. April	RhTB	450	Kampfrichter-Ausbildung DTB-Dance 6. RhTB Dance Special	07. 21. Mai 14. Mai
RhTB	851	Trainerfortbildung Gerätturnen weibl. Turngau Worms	27. August	TVM	403A	TVM-Dance-Project (Kinder 6-10 Jahre)	28. Mai
		<b>Kinderturnen ab Seite 46</b>		TVM	403B	TVM-Dance-Project (Kinder 10-14 Jahre)	28. Mai
RhTB	350	Kitu on Tour, im Turngau Alzey	26. März	TVM	404	TVM-Dance-Project (Jugendliche 14-18 Jahre und Erwachsene)	29. Mai
RhTB	351	Kitu on Tour, im Turngau Mainz	02. April	RhTB	451	RhTB Tagesspecial "Cheerleading"	20. August
RhTB	352	Kitu on Tour, im Turngau Worms	07. Mai	RhTB	452	2. RhTB Tagesspecial „Jazz Dance Day“	03. Sept.
RhTB	353	Kitu on Tour, im Turngau Bingen	21. Mai	RhTB	453	RhTB Tagesspecial "Kinder und Teenie-Tänze"	05. November
RhTB	354	Tagesspecial „Kinderturnen“ mit Constanze Grüger	17. September	TVM	405	DTB-Dance „Das Event“	06. November
RhTB	355	RhTB Tagesspecial "Kinder und Teenie-Tänze"	05. November				
		<b>Mittelrheinische Turnerjugend ab Seite 49</b>		RhTB	760	DTB Tagesspecial „BodyMind Dreams“	27. Februar
TVM	300	Koordinative Grundlagen zum Gerätturnen	05. Februar	TVM	731	Be in Balance	13. März
TVM	301	Handstand, eine Welt steht Kopf	19. Februar	RhTB	750	RhTB Tagesspecial „Pilates intensiv“	21. Mai
TVM	302	Das Abenteuer im Land der bunten Träume	06. März	TVM	-	Fitness- und Aerobic-Convention	21. Mai
TVM	303	„Hurra, wir fahren in den Urlaub!“ - „Frederick, eine kleine Mäusegeschichte zum Vorführen“	19. März	TVM	733	Dynamische Flows mit Yoga und Pilates	22. Mai
TVM	304	Zauberklang im SinnesWald	09. April	RhTB	752	DTB Tagesspecial „Rücken-Aktiv“	29. Mai
TVM	305	Der doppelte Spaß-Mix, Teil 1	16. April	TVM	734	Funktional-Training (FT)-Zirkel	05. Juni
TVM	306	Springen in eine neue Dimension	14. Mai	RhTB	753	DTB Tagesspecial „Universelles Fitnessstraining für Jedermann“	13. Juni
TVM	307	Kooperations- und Actionspiele für 8-15 Jährige	21. Mai	RhTB	754	RhTB Tagesspecial „Yoga“ mit Young Ho Kim	13. August
TVM	308	Drache Kokosnuss geht auf die Schatzsuche durch den lebendigen Urwald	25. Juni	RhTB	751	DTB AROHA- Instructor Day – „News und Updates“	21. August
TVM	309	Gerätturntag/Kinderturntag der Mittelrheinischen Turnerjugend	10. September	TVM	736	Complete Bodyworkout mit Kleingeräten / 4moremuscles Old school	17. September
TVM	310	„Herbstzeit-Erntezeit“ - „Schneeflöckchen - Weißbäckchen“	24. September	TVM	-	FLE´ I-SPORTS-Convention	29. Oktober
TVM	311	Abenteuer- und Trendsportarten	08. Oktober	RhTB	756	RhTB Tagesspecial „Workout“	29. Oktober
TVM	312	Geräteparcours und Stundenbeispiele	22. Oktober	RhTB	757	RhTB Lehrtagung Gesundheit und Prävention	12. November
TVM	313	Der doppelte Spaß-Mix, Teil 2	29. Oktober				
TVM	314	Indoorschulung Gerätturnen weiblich, Turngau Mosel-Saar	n.n.				

### Tanz und Show ab Seite 54

### Funktionelle Gymnastik ab Seite 56

### Allgemeines Herz-Kreislauf-Training ab Seite 5

# Alle Fortbildungen 2011 im Überblick



## Rope Skipping ab Seite 6

TVM	600	Einführung in das Rope Skipping	22. Januar
RhTB	650	Einführung in das Rope Skipping	02. April
RhTB	651	Trainee-Day	03. April
TVM	601	Rope Skipping für Fortgeschrittene	27. August

RhTB	Gau-Wandertag Turngau Bingen	29. Mai
RhTB	Gau-Wandertag Turngau Worms	13. Juni

## Aerobic ab Seite 80

TVM	500	Rund um das Step - Step by Step - und Kräftigung	05. Februar
TVM	501	Step- and Toning-Ideas	20. März
TVM	502	Aerobic meets Dance	09. April
TVM	503	Step-Combinations und -Variations 2011	07. Mai
TVM	-	Fitness- und Aerobic-Convention	21. Mai
RhTB	550	RhTB Tagesspecial Aerobic/Step intensiv	10. Sept.
TVM	504	Easy Mix	16. Oktober

## Mehrkämpfe ab Seite 85

TVM	Lauf und Weitsprung - Verbesserung der Technik	12. März
TVM	Kugel und Schleuderball - Verbesserung der Technik	09. oder 16. April
RhTB	Kampfrichter Ausbildung in der Leichtathletik	16.-17. April
TVM	Schwimmen, Wasserspringen und Tauchen - Verbesserung der Technik für die Jahnkämpfer	30. April
TVM	Lauf und Weitsprung - Verbesserung der Technik	08. Mai
TVM	Schwimmen / Wasserspringen - Verbesserung der Technik	13. August

## Entspannung ab Seite 82

RhTB	760	DTB Tagesspecial BodyMind Dreams	27. Februar
RhTB	761	RhTB Fortbildungswochenende igong	12./13. März
TVM	732	Die 15 Ausdrucksformen des Taiji igong	26./27. März
TVM	-	Fitness- und Aerobic-Convention	21. Mai
RhTB	763	RhTB-Tagesspecial Taiji igong	22. Mai
RhTB	762	RhTB Tagesspecial „Yoga“ mit Young Ho Kim	13. August
TVM	738	Work-Life-Balance - Aktiv werden gegen Stress und Burnout	24. September
TVM	739	Effektive Workout-Übungen für Rücken/BBP/Bodystyling und Stress- bewältigung für Trainer	25. September
TVM	740	Body-and-Mind-Tag	29. Oktober

## Turnen der Iteren ab Seite 84

TVM	430	Brain-Fitness - Mit Köpfchen in Bewegung	02. April
TVM	431	Koordinationstraining - Mit allen Sinnen	15. Oktober

## Wandern ab Seite 84

RhTB	Jahrestagung Wandern	12. März
TVM	Basislehrgang Wandern	08.-10. April
RhTB	Rheinessen erwandern	17. April

### Kontaktdaten für Anmeldungen

Unter jeder Lehrgangsausschreibung ist angegeben, an wen die Anmeldung gerichtet werden soll. Aus Platzgründen stehen bei den Maßnahmen des Turnverbandes Mittelrhein und des Rhein-hessischen Turnerbundes nur der Verbandsname. Für Meldungen (bitte in schriftlicher Form) an den TVM oder RhTB nachstehend die kompletten Kontaktdaten:

Turnverband Mittelrhein,  
Rheinau 10, 56075 Koblenz  
Fax 0261/135-159,  
E-Mail: referent-ausbildung@tvm.org oder ausbildung@tvm.org  
Telefon für Rückfragen: 0261/135-153 oder -158

Rhein-hessischer Turnerbund,  
Jahnstr. 4, 55124 Mainz  
Fax 06131/941717,  
E-Mail: ausbildung@rhtb.org  
Telefon für Rückfragen: 06131/9417-13



## 900 Gerätturnen P6-P9, Teil 1 (Fortbildung des Turngaues Rhein-Westerwald)

Elemente der P6 - P9. A-Version  
Datum: 16. Januar  
Zeit: 09.30 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Ransbach-Baumbach, Gerätehalle der Erich-Kästner-Schule  
Teilnehmer: Trainer, Übungsleiter, Helfer  
Leitung: Astrid Kurz  
Referent: Nevsim Parlak, Sascha Kurz  
Meldeschluss: 03. Januar  
Gebühr: TG Rhein-Westerwald frei,  
aus anderen Gauen 15,00 EUR  
Meldung an Astrid Kurz, E-Mail: astrid.kurz@gmx.de

## 901 Allgemeines Boden- und Gerätturnen - Lehrgang I (Fortbildung des Turngaues Rhein-Mosel)

Balken, Reck und Sprung (teilweise) - Basis-Lehrgang. Hinführung zu den Übungen aus Gerätturnabzeichen / Buju - welche beim Gau-Kinder- und Jugendturnfest geturnt werden sowie praktische Übungshilfen für die Turnstunden. Kinder können gerne mitgebracht werden, dies aber bitte bei Anmeldung mitteilen.  
Datum: 22. Januar  
Zeit: 09.00 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: n.n.  
Teilnehmer: Übungsleiter, Helfer  
Leitung: Petra Werner  
Referentin: Katja Krämer  
Meldeschluss: 10. Januar  
Gebühr: 10,00 EUR  
Meldung an Petra Werner, E-Mail petrawerner1101@arcor.de

## 902 Gerätturnen Teil 1 (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Kernelemente der P-Übungen an Reck/Barren und Sprung, Erarbeitung nach einheitlichen methodischen Prinzipien  
Datum: 22. Januar  
Zeit: 09.00 - 12.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Monzingen, Schulturnhalle  
Referent: Hans-Jürgen Breid  
Meldeschluss: 07. Januar  
Gebühr: Vereinsmitglieder/Gymcard 12,00 EUR,  
Nichtmitglieder 16,00 EUR  
Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: turngau-nahetal@tvm.org

## 903 Gerätturnen P6-P9, Teil 2 (Fortbildung des Turngaues Rhein-Westerwald)

Elemente der P6 - P9. A-Version, Fortsetzung des Lehrgangs vom 16. Januar  
Datum: 05. Februar  
Zeit: 09.30 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Ransbach-Baumbach, Gerätehalle der Erich-Kästner-Schule  
Teilnehmer: Trainer, Übungsleiter, Helfer  
Leitung: Astrid Kurz  
Referent: Nevsim Parlak, Sascha Kurz  
Meldeschluss: 03. Januar  
Gebühr: TG Rhein-Westerwald frei,  
aus anderen Gauen 15,00 EUR  
Meldung an Astrid Kurz, E-Mail: astrid.kurz@gmx.de

## 904 Gerätturnen Teil 2 (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Kernelemente der P-Übungen an Balken und Boden, Erarbeitung nach einheitlichen methodischen Prinzipien  
Datum: 12. Februar  
Zeit: 09.00 - 12.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Monzingen, Schulturnhalle  
Referent: Hans-Jürgen Breid  
Meldeschluss: 29. Januar  
Gebühr: Vereinsmitglieder/Gymcard 12,00 EUR,  
Nichtmitglieder 16,00 EUR  
Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: turngau-nahetal@tvm.org

## 905 Allgemeines Boden- und Gerätturnen - Lehrgang II (Fortbildung des Turngaues Rhein-Mosel)

Barren, Boden und Sprung - Basis-Lehrgang. Hinführung zu den Übungen aus Gerätturnabzeichen/Buju - welche beim Gau-Kinder- und Jugendturnfest geturnt werden sowie praktische Übungshilfen für die Turnstunden. Kinder können gerne mitgebracht werden, dies aber bitte bei Anmeldung mitteilen.  
Datum: 12. März  
Zeit: 09.00 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: n.n.  
Teilnehmer: Übungsleiter, Helfer  
Leitung: Petra Werner  
Referentin: Petra Gotthard  
Meldeschluss: 01. März  
Gebühr: 10,00 EUR  
Meldung an Petra Werner, E-Mail petrawerner1101@arcor.de

## 850 Trainer Fortbildung Gerätturnen männlich im Turngau Mainz

Lehrgangs-Thema: Elementelerntertraining hinsichtlich einer optimalen Ausnutzung des Code de Pointage (CdP) unter besonderer Berücksichtigung der Nachwuchs-Meisterschaftsturner

1. Elementertraining vom I A 7. Winkelstütz (2s) am Barren bis zum I D
2. Manna-Spitzwinkelstütz (2s) u. Heben i. d. Handstand (2s) am Boden
3. Erstellen eines individuellen Plans der Elemente gem. CdP
4. Technikanalyse der Ziel-Elemente mit Hilfe audio-visueller Medien
5. Elemente und das Training der konditionellen Zusammenhänge („Leistungsvoraussetzungen“)

Zielgruppe: Trainer und Übungsleiter und Interessierte

Datum: 02. April

Zeit: 09.00 – 16.00 Uhr

Ort: Gau-Bischofsheim oder Bodenheim

Referent: n.n.

Gebühr: GYM CARD Preis: 25,00 EUR

Regulärer Preis: 27,00 EUR

Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung der 1. Lizenzstufe anerkannt

Meldeschluss: 15. Februar

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 906

#### Kampfrichter-Basis-Lehrgang für allgem. Boden- und Geräteturnen und allgem. Kinderturnen (Fortbildung des Turngaues Rhein-Mosel)

Bewertungen der Übungselemente aus dem allgemeinen Boden- und Geräteturnen/Buju des TG Rhein-Mosel. Hier werden die Basis-Elemente für die Bewertung der Übungen erklärt und bearbeitet. Kinder können mitgebracht werden, aber nicht mehr als 2 Kinder pro Verein.

Datum: 09. April

Zeit: 09.00 – 13.00 Uhr (4 LE)

Ort: n.n.

Teilnehmer: Übungsleiter, Helfer und alle, die beim GKJTF 2011 als Kampfrichter werten möchten

Leitung: Petra Werner

Referentin: Petra Gotthard

Meldeschluss: 28. März

Gebühr: 10,00 EUR

Meldung an Petra Werner, E-Mail [petrawerner1101@arcor.de](mailto:petrawerner1101@arcor.de)

### 90

#### Übungsleiter- und Kampfrichterschulung für die P-Übungen (Fortbildung des Turngaues Rhein-Lahn)

Datum: 09. April

Zeit: 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Frücht oder Nievern

Referent: Stephan Weinig

Meldeschluss: 30. März

Gebühr: 10,00 EUR

Schriftliche Meldung an Heinz Heuwinkel, Sonnenweg 2, 56357 Geisig, E-Mail: [h\\_heuwinkel@web.de](mailto:h_heuwinkel@web.de)

### 851

#### Trainer Fortbildung Gerätturnen w/m\* im Turngau Worms

Voraussetzungen, Schaffen der Bewegungsvorstellung, Methodische Wege, Technische Hinweise f. Kari

\*Die Themen SPRUNG / RECK / BODEN sind auch für den männlichen Bereich geeignet...

SPRUNG • Yamashita (auch mit 1/2 1/1 LAD)

• Handstützsprungüberschlag mit 1/1 LAD

STUBA / RECK • Kippen u.H und o.H. (Kipp-Auf- und Umschwünge vl. rl.)

• Salto-Abgänge rw. aus dem Hangschwung gehockt / gestreckt / auch mit LAD

• Sohlumschwung vw. rw. - Vorbereitung zum Kontern m. Griffw. zum o.H.

BALKEN • schneller Überschlag vw. / Überschlag rw. (Flick-Flack, Menichelli)

• freies Rad / freier Überschlag vw. / Salto rw. gehockt

• Auerbach-Salto als Abgang zur Seite und am Ende...

• Schweizer Handstand

BODEN • Rondat, Flick-Flack und Salto rw. (gehockt, gestreckt, gespreizt)

• Salto vw. in Verbindung (Salto in Schrittstellung... / Überschlag, Salto...)

Zielgruppe: Trainer und Übungsleiter und Interessierte

Datum: 27. August

Zeit: 09.00 – 16.00 Uhr

Ort: Monsheim, Schulturnhalle

Referent: Rainer Jordan

Gebühr: GYM CARD Preis: 20,00 EUR, Regulärer Preis: 23,00 EUR

Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung der 1. Lizenzstufe anerkannt

Meldeschluss: 14. August

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## Kinderturnen

### 908

#### BabyMove

#### (Fortbildung des Turngaues Mosel)

Immer mehr Eltern haben Interesse bereits mit ihrem Baby in den Turnverein zu gehen. Wie eine solche Bewegungsstunde aussehen kann, wird in diesem Workshop aufgezeigt. Babys haben einen natürlichen Bewegungsdrang, den man von Anfang an sinnvoll fördern sollte. Die Fortbildung gibt eine Einführung in die verschiedenen Entwicklungsabschnitte im ersten Lebensjahr, ganzheitliche Bewegungs- und Spielanregungen, Wahrnehmungsspiele, Vermittlung vom entwicklungsfördernden sicheren Umgang mit dem Baby, Unterstützung und Anregungen für die Elternarbeit zum Aufbau einer positiven Eltern-Kind-Beziehung durch Schaffung gemeinsamer Erlebnisse durch die Bewegung.

Datum: 26. Februar

Zeit: 09.00 – 14.00 Uhr (5 LE)

Ort: Kröv, Turnhalle Grundschule  
 Referentin: Christina Kayser  
 Meldeschluss: 12. Februar  
 Gebühr: 10,00 EUR  
 Meldung an Turngau Mosel, E-Mail: [ausbildung@turngau-mosel.de](mailto:ausbildung@turngau-mosel.de)

## 350 Kitu on Tour im Turngau Alzey „Eltern-Kind-Turnen“ „Wir turnen in fernen Ländern“ (4 LE)

4 komplette Themen-Turnstunden werden in diesem Workshop vorgestellt. Wir turnen in England über die hochgeklappte (!) Tower-Bridge, klettern im Doppelstock-Bus herum und fahren „Bobby“-Car. In Frankreich erkunden wir natürlich den Eiffel-Turm und fahren mit der Metro, in Afrika wird der Ritt auf einem Elefanten das Highlight sein und das Seil-Schwingen durch den Urwald ebenso viel Spaß machen. Zuletzt schauen wir uns die hochinteressante Landschaft auf Island an. Vulkane, Gletscher, Geysire und Island-Ponys werden wir kennen lernen. In allen Turnstunden werden viele Elemente gezeigt, bei denen die Kleinen unbedingt die Hilfe der Erwachsenen benötigen, damit die Eltern auch wirklich mitturnen. Kleine Kreisspiele, Zählreime mit Ziffern in Englisch und Französisch runden unsere Auslandsreisen ab.

Datum: 26. März  
 Zielgruppe: alle interessierten Übungsleiter, Erzieher, Lehrer  
 Zeit: 14.00 - 17.00 Uhr  
 Ort: Raum Alzey  
 Referent: Beate Masendorf  
 Anerkennung: Verlängert die 1. Lizenzstufen  
 Gebühr: GYM CARD Preis: 12,00 EUR reg. Preis: 15,00 EUR  
 Meldeschluss: 07. März  
 Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 351 Kitu on Tour im Turngau Mainz (Psychomotorik) „Bewegungsparcours, die etwas bewegen“ (4 LE)

Wir wollen gemeinsam herausfinden,

- wie komme ich von meinen Förderzielen zum geeigneten Parcours
- wie passe ich den Parcours der Gruppe an und halte ihn für Variationen offen
- wie steigere ich seine Attraktivität durch mögliche Fantasiewelten

Datum: 02. April  
 Zielgruppe: alle interessierten Übungsleiter, Erzieher, Lehrer  
 Zeit: 14.00 - 17.00 Uhr  
 Ort: Mainz  
 Referent: Therese Claßen  
 Anerkennung: Verlängert die 1. Lizenzstufen 2. Lizenzstufe „Gesundheitsförderung im Kinderturnen“  
 Gebühr: GYM CARD Preis: 12,00 EUR reg. Preis: 15,00 EUR  
 Meldeschluss: 11. März  
 Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 352 Kitu on Tour im Turngau Worms „Fantasievoller Abenteuer-sport“ (4 LE) Drache Kokosnuss geht auf die Schatzsuche durch den lebendigen Urwald!

Fantasievoller Abenteuersport ab 3 – 6 Jahren Pilzköpfe, Waldhexen, Pflanzenelfen und Waldschratte beobachten den kleinen Drachen Kokosnuss und seine Freunde aus dem Dickicht und begleiten sie bei der gefährlichen Reise durch den Urwald. Kinder sind gerne eingeladen mit auf die Schatzsuche zu gehen.

Datum: 07. Mai  
 Zielgruppe: alle interessierten Übungsleiter, Erzieher, Lehrer  
 Zeit: 14.00 - 17.00 Uhr  
 Ort: Raum Worms  
 Referent: Christina Kayser  
 Anerkennung: Verlängert die 1. Lizenzstufen  
 Gebühr: GYM CARD Preis: 12,00 EUR reg. Preis: 15,00 EUR  
 Meldeschluss: 15. April  
 Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 353 Kitu on Tour im Turngau Bingen „Alte Kinderspiele neu entdeckt“ (4 LE)

Alte Kinderspiele neu entdeckt! Ob zur Gestaltung von Turnstunden, für einen Olympischen Wettkampf oder zur aktiven Gestaltung eines Sommerfestes für Jung und Alt, die Kinderspiele von früher wissen auch heute noch zu begeistern. Turnhallengerecht umgesetzt begehen wir uns auf eine Zeitreise als Kinder noch auf Bäume kletterten, die Straßen mit Kreide bemalten und im Freien spielten bis es dunkel wurde. Altersklasse: 4 bis 7 Jahre.

Datum: 21. Mai  
 Zielgruppe: alle interessierten Übungsleiter, Erzieher, Lehrer  
 Zeit: 10.00 – 13.00 Uhr  
 Ort: Bingen  
 Referent: Anke Kopyciok  
 Anerkennung: Verlängert die 1. Lizenzstufen  
 Gebühr: GYM CARD Preis: 12,00 EUR reg. Preis: 15,00 EUR  
 Meldeschluss: 02. Mai  
 Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 909 Abenteuersport - Einführung Slacklining (Fortbildung des Turngaues Mosel)

Das Balancieren auf dem locker hängenden Band erfordert eine stark ausgeprägte Gleichgewichtsfähigkeit, die wir sowohl im Gerätturnen als auch im Alltag ständig benötigen. Als Outdoorsportart entstanden und auch lange als solche betrieben, fand das Slacklining in den letzten Jahren auch seinen Weg in Turnhallen. Die Arten der Umsetzung sind dabei vielfältig. Sie reichen im Moment vom sporadischen Einsatz im Rahmen von Gerätelandschaften im Kinderturnen bis hin zu Vereinsgruppen, in denen Jugendliche beim Freestyle-Slacklining versuchen, neue Tricks zu erfinden und zu kombinieren. Eines ist jedenfalls

deutlich zu spüren: diese Line bringt Begeisterung mit sich und in die Turnhallen. Lust auf MEHR? Dann anmelden Kinder und Jugendliche sind erwünscht.

Datum: 04. Juni  
Zeit: 09.00 - 14.00 Uhr (5 LE)  
Ort: Kröv, Turnhalle Grundschule  
Teilnehmerkreis: Übungsleiter und Übungsleiter-Assistenten  
Referentin: Christina Kayser  
Meldeschluss: 21. Mai  
Gebühr: 10,00 EUR  
Meldung an Turngau Mosel, E-Mail: [ausbildung@turngau-mosel.de](mailto:ausbildung@turngau-mosel.de)

## 354 RhTB- Tagesspecial Kinderturnen mit Constanze Grüger (8 LE)

Block 1: „Bewegungsförderung für Vorschulkinder“

Es werden Modellstunden für Vorschulkinder vorgestellt mit Liedern, Bewegungsgeschichten bzw. Aufwärmspielen mit Klein- und Alltagsmaterialien, Bewegungslandschaften, Abschlussspielen oder Rückenstreichelgeschichten. Die Modellstunden sind fantasievoll in Themen verpackt und der Turndrache Lotti begleitet die Kinder durch seine Turnabenteuer.

Block 2: „Rund ums Kinderturnen“

Es werden vielfältige Bewegungsangebote für Grundschul Kinder gezeigt. Ob freies turnen an Gerätekombinationen, kleine Lauf- und Fangspiele, Bewegungsspiele mit Alltagsmaterialien oder kleine Fitnessparcours, verpackt in Themen oder gestaltet mit Laufkarten- so macht Kinderturnen richtig Spaß!

**Die 2 Angebote können auch jeweils einzeln gebucht werden.**

Datum: 17. September  
Zielgruppe: alle interessierten Übungsleiter / Erzieher / Lehrer  
Zeit: Block 1: 09.00 - 12.00 Uhr Block 2: 13.00-16.00 Uhr  
Ort: Wörrstadt  
Anerkennung: Wid mit 8 LE zur Verlängerung der 1. Lizenzstufe anerkannt.  
Gebühr: GYM CARD Preis: Ein Block 18,00 EUR /  
Zwei Blöcke 30,00 EUR  
Regulärer Preis: Ein Block 23,00 EUR /  
Zwei Blöcke 35,00 EUR  
Meldeschluss: 29. August  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 910 Manege frei - Einführung in „Kinder und Jugendliche machen 'irkus'“ (Fortbildung des Turngau Mosel)

Praxisorientierte Fortbildung zur Vermittlung von Methoden, Techniken und Präsentationen zum Thema Zirkus mit Kindern und Jugendlichen im Verein oder in der Freizeit. CirCus spielen heißt Bewegungskünste zu üben, um sie dann einem Publikum später zu zeigen. Was aber Kunst in der Bewegung ist, entscheidet die motorische Entwicklung der jeweiligen Altersgruppe. Die Begeisterung für den Circus ist damit verbunden, Neues zu erfahren, seine Grenzen zu erleben und diese zu überwinden. Die Mischung aus Herausforderung, spannenden

dem Erlebnis und Grenzerfahrung ist ein wichtiges pädagogisches Mittel zur Förderung von Selbstvertrauen. In dieser Fortbildung legen wir sehr großen Wert auf die folgenden Inhalte: Spaß, Spaß, Spaß, Spaß, Laufkugel, Slacklining, Trapezakrobatik, Improvisation Tanz, Jonglage, uvm.

Datum: 17. September  
Zeit: 09.00 - 15.00 Uhr (6 LE)  
Ort: Kröv, Turnhalle Grundschule  
Referentin: Christina Kayser  
Meldeschluss: 03. September  
Gebühr: 10,00 EUR  
Meldung an Turngau Mosel, E-Mail: [ausbildung@turngau-mosel.de](mailto:ausbildung@turngau-mosel.de)

## 911 Action-Mi®-Tag für alle, die Lust auf den Kick haben (Fortbildung des Turngau Mosel)

**Teil 1: Eine Abenteuerreise mit dem Drachen Kokosnuss um die Welt (3- 6 Jahre)**

In dieser erlebt der kleine Drache gemeinsam mit seinen Freunden viele Abenteuer und Länder kennen, die viele Bewegungserfahrungen, Geheimnisse und Hindernisse bergen, die es gilt zu überwinden. Unter einem vielfältigen Mix von Themeninhalten wie Abenteuer und Erlebnis sport, psychomotorische Spiele, Tanz und Improvisationserlebnisse und verschiedenen Bewegungsaufbauten, die das Ganzheitliche im Kind in seiner Entwicklung unterstützen soll, wird euch an diesem Tag angeboten. Ich freue mich. Kinder sind erlaubt mitzukommen.

**Teil 2: Wagnis und Abenteuer in Spielen und an Geräten (Alter von 6-12 Jahren)**

Turnen an Geräten ist häufig mit Situationen verbunden, in denen Kinder etwas wagen, riskieren oder ein kleines Abenteuer erleben. Insofern war und ist Turnen von sich aus eine erlebnisreiche und gegebenenfalls auch abenteuerliche Form des Bewegungserlebens, dass den Turn- oder Sportunterricht hervorragend ergänzen kann. In diesem Angebot werden harmlose und riskante Situationen und Spiele vorgestellt, die das „Trau-dich!“ als wichtigen Teil des Sport erfahrbar werden lassen, aber auch die Persönlichkeit und die Gruppe über „Vertrauen“ und „Verantwortung“ fördern sollen. Die Erprobung der Praxis ist unterteilt:

- in Abenteuer im Kopf als begleitende Rahmenhandlung, z.B. in Bewegungslandschaften,
- in Abenteuer in und mit der Gruppe, z.B. durch vielfältige Spiel- und Problemlöseaufgaben und
- in Abenteuer in Situationen und an Geräten, wo die TN Verantwortung und Vertrauen als Elemente von Abenteuer kennen lernen.

Darüber hinaus wird in die Grundlagen der Abenteuer- und Erlebnispädagogik eingeführt.

Datum: 22. Oktober  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Kröv, Turnhalle Grundschule  
Referentin: Christina Kayser  
Meldeschluss: 08. Oktober  
Gebühr: 15,00 EUR  
Meldung an Turngau Mosel, E-Mail: [ausbildung@turngau-mosel.de](mailto:ausbildung@turngau-mosel.de)

### 355 RhTB-Tagesspecial „Kinder- und Teenie-Tanz“ mit Sandra Dreher-Mansur (8 LE)

Wir freuen uns, dass Sandra wieder eine sehr praxisorientierte Fortbildung mit viel Spaß an der Rhythmik, Bewegungsliedern und einfachen Tänzen anbietet. Im Kinderalter sind Kognition, Emotion und Motorik untrennbar verbunden. Wenn die Kinder sich bewegen, dann begreifen und lernen sie. Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang, den wir nicht einschränken, sondern fördern müssen. Rhythmus, Singen kombiniert mit Bewegungen und Tanzen kann diesen natürlichen Bewegungsdrang ausschöpfen. Durch die Erfahrung im Tanzen können Kinder eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung genießen, als auch sich selbstbewusster präsentieren.

Diesmal wird es 2 altersbezogene Angebote geben:

#### Block 1: Kinder (5-8 Jahre)

Wir werden uns am Vormittag mit offenen Spielformen als auch mit zwei konkreten und einfachen Kindertänzen beschäftigen, wo die Vielfalt der Rhythmusschulung, der Bewegung und der Körpererfahrung (Körperwahrnehmung) nicht zu kurz kommen.

#### Block 2: Teenies (9-12 Jahre)

Am Nachmittag werden wir uns mit konkreten Beispielen von Teenie-Tänzen auseinandersetzen, in dem mehr die Stile des Jazz-Dances und Hip-Hops vorkommen werden.

#### Die 2 Angebote können auch jeweils einzeln gebucht werden.

Datum: 05. November

Zielgruppe: alle interessierten Übungsleiter, Erzieher, Lehrer die gerne mit Kindern oder Teenies im Bereich Tanz arbeiten und wenig oder viel Erfahrung damit haben

Zeit: Block 1: 10.00 – 13.00 Uhr Block 2: 13.30 - 16.30 Uhr

Ort: Mainz

Referent: Sandra Dreher-Mansur

Anerkennung: Verlängert die 1. Lizenzstufen

Gebühr: GYM CARD Preis: Ein Block 18,00 EUR /

Zwei Blöcke 30,00 EUR

Regulärer Preis: Ein Block 23,00 EUR /

Zwei Blöcke 35,00 EUR

Meldeschluss: 17. Oktober

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## Mittelrheinische Turner ugend

### 300 Koordinative Grundlagen zum Gerätturnen

Schulung der Bewegungskoordination (Gleichgewicht, Reaktionsfähigkeit und Orientierung) durch kleine Spiele, Handgeräte und Gerätebahnen.

Datum: 05. Februar

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Koblenz

Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Gerätturnen weiblich

Referentin: Anja Seegler

Meldeschluss: 21. Januar

Gebühr: 27,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /

30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [tuju@tvm.org](mailto:tuju@tvm.org)

### 301 Handstand, eine Welt steht Kopf

Spielerisches Krafttraining und Orientierungsübungen bereiten den Handstand vor. Mit Hilfestellung und Korrekturen wird nun der Handstand erarbeitet und dann als Grundelement bei Handstandabrollen, Felgrolle und Rad eingesetzt.

Datum: 19. Februar

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Koblenz

Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Kinderturnen

Referent: Stephan Weinig

Meldeschluss: 04. Februar

Gebühr: 27,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /

30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [tuju@tvm.org](mailto:tuju@tvm.org)

### 302 Das Abenteuer im Land der bunten Träume

„Wenn du sprechen kannst, kannst du singen. Wenn du gehen kannst, kannst du tanzen.“ Mit heißer Afro-Musik vom Band sind diese Stunden eine inspirierende und schwungvolle Art des Ganzkörpertrainings: Verbesserung der Koordination und des Rhythmusgefühls, Lockerung und Kräftigung der Muskulatur, Mobilisation der Wirbelsäule und auch ein intensives Ausdauertraining. Es werden einfache Choreographien nach der Art afrikanischer Stammestänze einstudiert.

Datum: 06. März

Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (5 LE)

Ort: Koblenz

Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Kinderturnen

Referentin: Christina Kayser

Meldeschluss: 18. Februar

Gebühr: 18,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /

20,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [tuju@tvm.org](mailto:tuju@tvm.org)

### 303 „Hurra, wir fahren in den Urlaub!“ - „Frederick, eine kleine Mäusegeschichte zum Vorführen“

In dieser Fortbildung bereiten wir uns auf den Urlaub in jeder Jahreszeit vor. Ob in den Bergen, im Wald, auf dem Bauernhof oder am Meer, wir werden uns turnerisch vorstellen, was wir dort erleben könnten. Außerdem schauen wir uns die Geschichte von Mäuserich „Frederick“ an (Autor Leo Lionni) und stellen sie in einfacher Ausführung dar, so dass sie von Eltern-Kind-Gruppen zu Vereinsfeierlichkeiten vorgeführt werden kann.

Datum: 19. März  
Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (5 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Beate Masendorf  
Meldeschluss: 04. März  
Gebühr: 18,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
20,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 304 'auberklang im SinnesWald

Der Workshop bietet Einblicke in die praktische und spielerische Umsetzung der Psychomotorik im Kleinkind- und Kindergartenalter. Mit verschiedenen kleinen Bewegungsbaustellen, Spielen und vielem mehr, sollen die Kinder in die Welt der Natur versinken und über die Bewegung sich selbst mit allen Sinnen erleben.

Datum: 09. April  
Zeit: 10.00 - 15.00 Uhr (5 LE)  
Ort: Koblenz  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Kinderturnen 2 - 6 Jahre  
Referentin: Christina Kayser  
Meldeschluss: 18. März  
Gebühr: 18,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
20,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 305 Der doppelte Spaß-Mi®, Teil 1

Thema 1: Zu Gast beim Zappelfisch und Co.  
Turnen mit den Kleinsten. Es wird tierisch. Vom Aufwärmen bis zum guten Schlussritual, hier findet jeder das Richtige, der mit Kindern bis sechs Jahren arbeitet. Fingerspiele von Kasper bis Zottelzaum und Bewegungsspiele von Zappelfisch bis Timpe Tampe, sowie Musikerlebnisse für die Zielgruppe begegnen uns in dieser Einheit. Lasst euch begeistern von der Materialvielfalt.

Thema 2: Bunter Material Mix  
Ideen, die sich schnell umsetzen lassen und gleichzeitig einfach zu vermitteln sind? Kein Problem. Hier gibt es den passenden Mix. Musik und Spiele mit und ohne Material, die durch einfache Regeln schnell in den Turnunterricht eingebaut werden können. Hier gibt es Material für alle Altersgruppen (Altersanpassung durch Variationen)

Datum: 16. April  
Zeit: 10.00 - 16.00 Uhr (7 LE)  
Ort: Koblenz  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Kinderturnen  
Referentin: Ellen Reiß  
Meldeschluss: 01. April  
Gebühr: 27,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 306 Springen in eine neue Dimension

Sprung braucht Geschwindigkeit. Über eine gezielte Anlaufschulung wird der prellende Absprung erarbeitet. Erst über diese Grundlagen können Hocke und Handstützüberschlag erarbeitet werden. Mit Hilfe von methodischen Aufbauten können diese nun gezielt (auch mit Hilfestellung) erarbeitet werden.

Datum: 14. Mai  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Kinderturnen  
Referent: Stephan Weing  
Meldeschluss: 29. April  
Gebühr: 27,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 30 Kooperations- und Actionspiele für 8 - 15 Jährige

Fast in jedem Training wird gespielt. Doch oft immer das Gleiche. In diesem Praxisseminar werden die neuesten Sportspiele vorgestellt. Neben fetzigen Lauf-, Wett-, und Wurfspielen stehen auch Wahrnehmungs- und Kooperationsspiele.

Datum: 21. Mai  
Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (5 LE)  
Ort: Koblenz  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Kinderturnen  
Referentin: Christina Kayser  
Meldeschluss: 06. Mai  
Gebühr: 18,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
20,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 308 Drache Kokosnuss geht auf die Schatzsuche durch den lebendigen Urwald

Pilzgörpse, Waldhexen, Pflanzenelfen und Waldschrate beobachten den kleinen Drachen Kokosnuss und seine Freunde aus dem Dickicht und begleiten sie bei der gefährlichen Reise durch den Urwald. Kinder sind gerne eingeladen mit auf die Schatzsuche zu gehen. Fantasievoller Abenteuersport ab 3 - 6 Jahren.

Datum: 25. Juni  
Zeit: 10.00 - 15.00 Uhr (5 LE)  
Ort: Koblenz  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Kinderturnen 3 - 6 Jahre  
Referentin: Christina Kayser  
Meldeschluss: 10. Juni  
Gebühr: 13,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
15,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband



## Landesentscheid der Mittelrheinischen Turnjugend (MTJ) und des Rhein Hessischen Turnerbundes (RhTB) am 19. März, 11.00 Uhr, in Koblenz, Sporthalle Oberwerth

Tuju-Stars ist ein Wettbewerb für Kinder- und Jugend-Showgruppen aus dem turnerischen Bereich. Eine Vielzahl von Gruppen führen ihre ausgewählten Geschichten in Form einer mitreißenden Show vor, die von einer Jury bewertet wird. Tuju-Stars ist die ultimative Möglichkeit, dass Kinder und Jugendliche ihr Können zeigen, egal ob sie turnen, Rope Skipping oder Aerobic machen, Sportakrobaten, Rhönradturner, Trampolinturner, Tänzer o.v.a.m. sind.

### **Meldeschluss für Tuju-Stars ist der 18.02.2011.**

Die Gewinner des Landesentscheides MTJ/RhTB qualifizieren sich für das Bundesfinale am 10./11.06. 2011 in Illingen /Saarland.

#### **Rahmenbedingungen:**

Startberechtigt sind Gruppen aus Mitgliedsvereinen des TVM und des RhTB. Die Gruppe besteht aus mindestens 8 TeilnehmerInnen. Das Durchschnittsalter der Gruppe sollte 27 Jahre nicht überschreiten, mindestens die Hälfte der TurnerInnen sollte jünger als 18 Jahre sein. Die Vorführfläche beträgt 14 x 14 m. Inhaltlich sind keine Grenzen gesetzt. Die Vorführung muss Showcharakter haben. Bei der Kostümwahl gibt es keine Einschränkungen. Die max. Vorfuhrdauer beträgt 5 Min. ( Bei Zeitüberschreitung erfolgt eine Wertung „außer Konkurrenz“). Die Musik kann frei gewählt werden. Als Tonträger sind lediglich CDs möglich. Für den Rückdurchlauf ist eine Zusammenfassung mit den Höhepunkten eurer Show einzustudieren mit max. Dauer von

30 Sekunden. Bitte erstellt für dieses Highlight Eurer Show eine CD. Turngeräte, die eine Verankerung benötigen, können leider nicht zum Einsatz kommen.

#### **Bewertungskriterien:**

##### **Bewertet werden:**

- Originalität/Idee
- Musikalität
- Schwierigkeitsgrad
- Synchronität
- Kostüme
- Ausdruck und Präsentation
- 

Teilnehmergebühren pro Gruppe (Aktive ab 8 Teilnehmer pauschal): 50,00 EUR / mit GYM CARD 45,00 EUR

Für TeilnehmerInnen, die außerdem als Zuschauer bei „Happy Gymnastics“ bleiben möchten, ist es nötig Eintrittskarten zu kaufen.

Meldungen bitte schriftlich mit Angabe der Gymcard-Nummer (falls vorhanden) an: Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz, Fax: 0261/135-159, Email: tuju@tvm.org

**Info-Hotline: 0261/135-152 oder -156**

Der Turnverband Mittelrhein und  
der Gemeinde- und Städtebund Rheinland-Pfalz präsentieren die

# Fachtagung „Bewegung im Kindergarten“

inklusive CD  
„Musik, die bewegt“ und  
Mittagsverpflegung

Mit freundlicher Unterstützung



Rheinland-Pfalz

Ministerium des Innern und für Sport  
Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Jugend und Kultur

**Freitag, 25. März 2011, in Niederwörresbach**  
in Kooperation mit dem Landkreis Birkenfeld

**Freitag, 21. Oktober 2011, in Diez**  
in Kooperation mit dem Rhein-Lahn-Kreis

## Partner der Fachtagung:



Gemeinde- und Städtebund  
Rheinland-Pfalz



Aktionsbündnis  
Bewegungskindergarten  
Rheinland-Pfalz



Turnverband  
Mittelrhein



BAG Bundesarbeits-  
gemeinschaft für  
Haltungs- und Bewegungsför-  
derung e.V.



IKK  
Südwest

Turnverband Mittelrhein,  
Rheinau 10, 56075 Koblenz, Hotline 0261/135153 oder -158, Fax 0261/135159  
E-Mail: referent-ausbildung@tvm.org oder ausbildung@tvm.org, Internet: www.tvm.org

Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 309 Gerätturntag/Kinderturntag der Mittelrheinischen Turnerjugend

Wir wollen die Welt bewegend erobern! (siehe gesonderte Ausschreibung)

Datum: 10. September  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Kirchberg  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen, die im Gerät- und Kinderturnbereich aktiv sind

Referent: s. gesonderte Ausschreibung  
Meldeschluss: 26. August  
Gebühr: 27,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 310 „Herbstzeit-Erntezeit“ - „Schneeflöckchen - Weißbäckchen“

Wir sammeln in den Turnhallen alle Feld-, Wald- und Wiesenfrüchte und bringen eine reiche Ernte ein. Mit einfachen Alltagsmaterialien soll diese Fortbildung auch für Übungsleiter Hilfe und Anregungen bieten, die in kleineren Hallen arbeiten und denen nicht so viele Groß-Geräte zur Verfügung stehen. Natürlich kommen auch Geräte zum Einsatz, da die kleinen Turner deren Erkundung besonders lieben. Außerdem freuen wir uns auf den Winter und die Weihnachtsferien in Verein und Gemeinde. Dazu gibt es Ideen für Vorführungen durch Eltern-Kind-Gruppen.

Datum: 24. September  
Zeit: 10.00 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Beate Masendorf  
Meldeschluss: 09. September  
Gebühr: 13,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
15,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 311 Abenteuer- und Trendsportarten

Im Vordergrund stehen das Erleben von abenteuerlichen Spielen und Situationen in der Gruppe sowie die Auseinandersetzung mit dem gemeinsam erlebten Situationen. Der Lehrgang dient der Selbsterfahrung. Mit neuem Programm und Inhalten. Es dürfen mutige Jugendliche und /oder Übungsleiterassistenten/innen mitgebracht werden.

Datum: 08. Oktober  
Zeit: 09.00 - 15.00 Uhr (7 LE)  
Ort: Koblenz  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Kinderturnen 7 - 16 Jahre

Referentin: Christina Kayser  
Meldeschluss: 23. September  
Gebühr: 27,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 312 Geräteparcours und Stundenbeispiele

Hinführung an das Gerätturnen mit Hilfe von Geräteparcours und Spielstationen.

Datum: 22. Oktober  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen im Bereich Gerätturnen weiblich  
Referentin: Anja Seegler

Meldeschluss: 07. Oktober  
Gebühr: 27,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 313 Der doppelte Spaß-Mi®, Teil 2

Thema 1: Tanzalarm - Tanzen für Kinder im Kiga und GS Alter. Von aktuellen Kinderliedermachern bis hin zu Stücken aus der Klassik, legen wir eine flotte Sohle aufs Parkett. Viele Ideen für die nächsten Auftritte. Außerdem werden wir Stücke erarbeiten, die Raum für Improvisation lassen. Es ist keine Tanzausbildung nötig.

Thema 2: Hast du Puste - Aufwärm- und Powerspiele für Kinder Biatholon, Schlangenkopf, Abklatschen oder Standesamt, dies sind nur einige der schnell umzusetzenden Spielideen. Fesselnde Spielideen für Jungen und Mädchen. Eigene Erfahrungen und Spiel dürfen gern mit eingebracht werden.

Datum: 29. Oktober  
Zeit: 10.00 - 16.00 Uhr (7 LE)  
Ort: Koblenz  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen, die mit Kindern im Alter von 3 - 6 Jahren arbeiten

Referentin: Ellen Reiß  
Meldeschluss: 14. Oktober  
Gebühr: 27,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, tuju@tvm.org

## 314 Indoorschulung Gerätturnen weiblich, Turngau Mosel-Saar

Gerätetechniken und deren Weiterentwicklung. Knackpunkte aus kampfrichtertechnischer Sicht.

Datum: n.n.

## Tanz und Show

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Bitburg  
Zielgruppe: Übungsleiter/innen, die im Bereich Gerätturnen arbeiten  
Referent: n.n.  
Meldeschluss: n.n.  
Gebühr: 27,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, tuju@tvm.org

## Tanz und Show

### 400 Dance und Techniktraining - Ein Tag voller Tanz und Leidenschaft!

Es werden Elemente aus dem Jazztanz, Funk und Aerobic zu einer Choreographie verbunden. Gleichzeitig bekommst Du neue Ideen, wie man auf tänzerische Art und Weise die Muskeln kräftigen kann.

Datum: 05. Februar  
Zeit: 10.00 - 13.30 Uhr (4 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Kristin Aurisch  
Meldeschluss: 21. Januar  
Gebühr: 18,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
20,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, ausbildung@tvm.org

### 401 'umba« easy moves

Zumba® ist der neueste Fitness-Trend und zur Zeit das angesagteste Tanzworkout. Erlebe einen Tag voller Energie und Lebensfreude und lass Dich von der Musik und den verschiedenen Facetten von Zumba® begeistern. Die Modellstunden reichen von der Masterclass Zumba Fitness-Party bis hin zur Zumba Gold Masterclass. Unterschiedliche Level und Styles werden vermittelt und bereichern so die Kreativität des Trainers. Der Fortbildungstag für alle, die Fitness, Tanz und Workout in einer neuen Form verknüpfen möchten.

Datum: 10. April  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Referent: Sunny Lacruix  
Meldeschluss: 18. März  
Gebühr: 40,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
45,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, ausbildung@tvm.org

### 402 Kampfrichter/innen-Ausbildung DTB-Dance

In der Kampfrichter-Ausbildung C im DTB-Dance werden allgemeine Wertungsgrundlagen sowie verschiedene Wettkampfformen vermittelt. Schwerpunkt werden die Gruppenwettbewerbe sein. Die Teilnahme am 07. Mai kann als Fortbildung zur Lizenzverlängerung anerkannt werden. Am 21. Mai findet eine Lernerfolgskontrolle statt. Nach bestandener Lernerfolgskontrolle erhalten die Teilnehmer/innen ein DTB-Wettkampfbuch für DTB-Dance.

Datum: 07. Mai und 21. Mai  
Zeit: jeweils 10.00-18.30 Uhr (20 LE)  
Ort: Koblenz, Sportschule Oberwerth, TVM-Lehrsaal 1. Etage,  
Lortzingstr. 1 a, 56075 Koblenz-Oberwerth  
Referentin: Christina Bengel  
Meldeschluss: 08. April  
Gebühr: 40,00 EUR für beide Tage incl. DTB-Wettkampfbuch  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, ausbildung@tvm.org

### 450 6. RhtB Dance Special mit Jos Martinez

Es ist wieder soweit: „be crazy“! JosÄ wird mit Euch gemeinsam verrückte Choreografie-Ideen tanzen. Egal ob Hip Hop, Latin oder Dance Raggae ihr werdet garantiert viel Spaß haben!

Zielgruppe: Alle Tanzbegeisterten und Interessierten! Mal was mit der ganzen Aerobic/Tanzgruppe gemeinsam unternehmen? Übungsleiter/Trainer und Gruppenteilnehmer sind wieder herzlich eingeladen sich schnell anzumelden!  
Datum: 14. Mai  
Zeit: 17.00 – 22.00 Uhr  
Ort: Stackeden-Elsheim  
Referent: JosÄ Martinez  
Gebühr: GYM CARD Preis: 25,00 EUR Regulärer Preis: 30,00 EUR  
Anerkennung: wird mit 6 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen und der DTB Aerobic bzw. Step Trainer mit 3 LE anerkannt  
Meldeschluss: 16. April  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 403 A TVM-Dance-Project (Kinder 6-10 Jahre)

Tanzen wie die Stars auf MTV und VIVA. Leichte und verständliche Choreographien zu aktueller Musik werden in diesem Workshop zu einer kleinen Show zusammengefügt. Für ganz viel Spaß und Starfeeling ist gesorgt.

Voraussetzung: Tanzbegeisterte Übungsleiter/Betreuer und ihre Gruppenteilnehmer 6-10 Jahre (Einsteiger)  
Datum: 28. Mai  
Zeit: 10.00 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Petra Kraus  
Meldeschluss: 13. Mai

Gebühr: 13,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
15,00 EUR reguläre Gebühr / 5,00 EUR Kinder 6-10 Jahre  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, ausbildung@tvm.org

## 403B TVM-Dance-Project (Kinder 10-14 Jahre)

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 403A  
Voraussetzung: Tanzbegeisterte Übungsleiter/Betreuer und ihre Gruppenteilnehmer 10-14 Jahre (Einsteiger)  
Datum: 28. Mai  
Zeit: 13.30 - 16.30 Uhr (4 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Petra Kraus  
Meldeschluss: 13. Mai  
Gebühr: 13,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
15,00 EUR reguläre Gebühr / 5,00 EUR Kinder 10-14 Jahre  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, ausbildung@tvm.org

## 404 TVM-Dance-Project (Jugendliche 14-18 Jahre u. Erwachsene)

Inhalt siehe Lehrgang Nr. 403A  
Voraussetzung: Tanzbegeisterte Übungsleiter/Betreuer und ihre Gruppenteilnehmer ab 14 Jahre (Einsteiger)  
Datum: 29. Mai  
Zeit: 10.00 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Petra Kraus  
Meldeschluss: 13. Mai  
Gebühr: 13,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
15,00 EUR reguläre Gebühr / 5,00 EUR Jgdl. 14-18 Jahre  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband  
Mittelrhein, ausbildung@tvm.org

## 451 RhTB-Tagesspecial Hebefiguren und Stunts aus dem Cheerleading (8 LE) mit Tanja Meier „Headcoach der Eintracht Frankfurt Cheerleaders“

In diesem Lehrgang dreht sich alles rund ums Cheerleading. Wer nun an „Popowackeln“ und „Puschel wedeln“ denkt, ist hier falsch. Gemeinsam möchten wir den Cheerleader Spirit schwerpunktmäßig mit Stunts und Pyramiden erleben und den Spaß an der Akrobatik vermitteln. Freut euch auf einen spannenden Lehrgang mit vielen neuen Eindrücken.  
Zielgruppe: Alle Interessierten Übungsleiter (auch Gruppenmitglieder)  
Datum: 20. August  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Tanja Meier

Gebühr: GYM CARD Preis: 35,00 EUR Regulärer Preis: 40,00 EUR  
Anerkennung: verlängert alle 1. Lizenzstufen mit 8 LE  
Meldeschluss: 25. Juli  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 452 2. RhTB Tagesspecial „Jazz Dance Day“ (8 LE)

Gerne bieten wir Euch die „Fortsetzung“ an. Neue Inspirationen warten auf Euch. Teilnehmer, die 2010 nicht dabei waren können problemlos mit einsteigen. Auch wenn der Jazz Dance heute nur noch wenig Anhänger hat, so wissen die wenigsten, wie vielseitig er sein kann. Ob Afro-, Broadway-, Flamenco-, Funk-, Latin-, Lyrical-, Modern-, Musical-, Rock und/oder Street Style, all diese Formen lassen sich mit Jazz Dance kombinieren. In diesem Tagesspecial werden wir an einigen dieser Kombinationsmöglichkeiten in Form von Choreografien arbeiten. Da die verschiedenen Stile auch unterschiedliches Schuhwerk erfordern, bitte mitbringen:

- Feste Schuhe (Turnschuhe)
- Jazztanzschuhe (geht auch mit rutschfesten Socken oder barfuß)
- Schuhe mit Absatz (kein Pfennigabsatz)

Auf in die Welt des Jazz Dance!  
Zielgruppe: Alle Tanzbegeisterten und Interessierten!  
Datum: 03. September  
Zeit: 10.00-17.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Steffi Küchenmeister  
Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR  
Anerkennung: wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen und der DTB Aerobic bzw. Step Trainer mit 4 LE anerkannt  
Meldeschluss: 12. August  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 453 RhTB-Tagesspecial „Kinder- und Teenie-Tänze“ mit Sandra Dreher-Mansur (8 LE)

Wir freuen uns, dass Sandra wieder eine sehr praxisorientierte Fortbildung mit viel Spaß an der Rhythmik, Bewegungsliedern und einfachen Tänzen anbietet. Im Kinderalter sind Kognition, Emotion und Motorik untrennbar verbunden. Wenn die Kinder sich bewegen, dann begreifen und lernen sie. Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang, den wir nicht einschränken, sondern fördern müssen. Rhythmus, Singen kombiniert mit Bewegungen und Tanzen kann diesen natürlichen Bewegungsdrang ausschöpfen. Durch die Erfahrung im Tanzen können Kinder eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung genießen, als auch sich selbstbewusster präsentieren. Diesmal wird es 2 altersbezogene Angebote geben:

### Block 1: Kinder (5-8 Jahre)

Wir werden uns am Vormittag mit offenen Spielformen als auch mit zwei konkreten und einfachen Kindertänzen beschäftigen, wo die Vielfalt der Rhythmusschulung, der Bewegung und der Körpererfahrung (Körperwahrnehmung) nicht zu kurz kommen.

### Block 2: Teenies (9-12 Jahre)

Am Nachmittag werden wir uns mit konkreten Beispielen von Teenie-

# Tanz und Show

## Funktionelle Gymnastik



Tänzen auseinandersetzen, in dem mehr die Stile des Jazz-Dances und Hip-Hops vorkommen werden.

**Die 2 Angebote können auch jeweils einzeln gebucht werden.**

Datum: 05. November  
Zielgruppe: alle interessierten Übungsleiter, Erzieher, Lehrer die gerne mit Kindern im Bereich Tanz arbeiten und wenig oder viel Erfahrung damit haben  
Zeit: Block 1: 10.00 – 13.00 Uhr Block 2: 13.30 - 16.30 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Sandra Dreher-Mansur  
Anerkennung: Verlängert die 1. Lizenzstufen  
Gebühr: GYM CARD Preis: Ein Block 18,00 EUR /  
Zwei Blöcke 30,00 EUR  
Regulärer Preis: Ein Block 23,00 EUR /  
Zwei Blöcke 35,00 EUR  
Meldeschluss: 17. Oktober  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 912 Salsa (Fortbildung des Turngaues Hunsrück)

Der Lehrgang Salsa bietet tolle Choreographien auf heiße Rhythmen.

Datum: 05. November  
Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Grundschulturnhalle Rheinböllen  
Referentin: Christine Brodmann  
Meldeschluss: 27. Oktober  
Gebühr: 20,00 EUR  
Meldung an den Turngau Hunsrück: [info@tg-hunsrueck.de](mailto:info@tg-hunsrueck.de), Informationen unter 06763/543773

### 405 DTB-Dance „Das Event“

Dieses Tagesspecial spricht sowohl Übungsleiter als auch Gruppenmitglieder, insbesondere Jugendliche, an. In diesem Lehrgang findet eine intensive Schulung, u.a. in den Stilrichtungen Hip Hop, House und Videoclip-Dance statt. Es handelt sich hier um einen praxisorientierten Lehrgang mit dem Ziel, den Übungsleitern Sicherheit im Umgang und der Darstellung der Dance-Trendformen zu vermitteln. Der Abschluss dieser Schulung wird eine kleine Show sein, in der sich die Teilnehmer wie ein Dance-Star fühlen werden. Lasst Euch von dem Dance-Feeling mitreißen!

Datum: 06. November  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Referent: DTB-Referententeam  
Meldeschluss: 14. Oktober  
Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber /  
35,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## Veranstaltungen

### RhTB-/TVM-Dance-Cup

Datum: 28. Mai  
Zeit: ab 08.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Veranstalter: RhTB/TVM  
Ausrichter: RhTB  
Infos und Ausschreibung unter [www.rhtb.org](http://www.rhtb.org)

### Rendezvous der Besten des TVM/RhTB

Datum: 19. März  
Ort: Koblenz  
Zusammen mit der Veranstaltung „Happy Gymnastics“  
Ausschreibung siehe rechte Seite

## Funktionelle Gymnastik

### 913 Fitness mit dem Pezziball (Fortbildung des Turngaues Hunsrück)

Infos zum Pezziball und viele, viele Übungen - auch für Männer

Datum: 12. Februar  
Zeit: 09.30 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Kastellaun, Turnhalle  
Leitung: Ute Link  
Lehrwart: Monika Knichel  
Meldeschluss: 03. Februar  
Meldegebühr: 15,00 EUR  
Wichtiges: Bei der Anmeldung bitte angeben, ob Sie einen Pezziball mitbringen.

Meldung an den Turngau Hunsrück, E-Mail [info@tg-hunsrueck.de](mailto:info@tg-hunsrueck.de), Informationen unter T 06763-543773

### 914 WWW-Weiterbildung, Wohlfühlen, Wellness“ Turngau ahetal in Kooperation mit dem bekannten Romantik Hotel Vital Spa: „Bollant's im Park“ (Fortbildung des Turngaues ahetal)

Datum: 20. Februar, Sonntag  
Zeit: 10.45 Uhr - offenes Ende, solange man möchte (5LE)  
Ort: Bad Sobernheim, Romantik Hotel „Bollant's im Park“ ([www.bollants.de](http://www.bollants.de))

Inhalt:  
10.45 Uhr Anreise, Begrüßung / 11.00-12.30 Uhr Aqua-Aerobic / 12.30 Uhr Ruhen, Spazieren gehen / 13.00-14.00 Uhr leichtes Mittagessen / 14.00-15.30 Uhr: Einführung in das Autogene Training / Ab 15.30 Uhr Traubenkernpeeling im Dampfbad Dauer (30 min jeweils 5-6 Perso-

# Happy Gymnastics

**Samstag, 19. März 2011, 15.00 Uhr**

**Sporthalle Koblenz-Oberwerth**

**Teilnehmen können:**

Tanz-, Gymnastik-, Aerobic-, Show- und Jedermann-Gruppen (Frauen und Männer) aus den Mitgliedsvereinen und -vereinsabteilungen des Turnverbandes Mittelrhein und des Rhein Hessischen Turnerbundes.

**„Rendezvous der Besten“ des TVM/RhTB**

Im Jahr 2011 können die teilnehmenden Gruppen auch für die Qualifikation zu „Rendezvous der Besten“ des TVM/RhTB gewertet werden. Das Bundesfinale findet vom 04.-06.11.2011 in Aalen statt! Nachfolgend die Modalitäten:  
Alter: ab 12 Jahre; Gruppe ab 8 Personen

**TuJu-Stars des TVM/RhTB:**

Die Veranstaltung „TuJu-Stars des TVM/RhTB“ findet im Vorfeld von Happy Gymnastics statt. Ausschreibung siehe Seite 51

**Gruppe I - Dance**

**Vorführungen aus den Bereichen Tanz:**

**Modern Dance, Jazz-Dance, Videoclip-Dance, Gymnastik**

(Kostüme werden nicht bewertet)

Die Auftrittsdauer beträgt maximal 3,5 Minuten (kein Ein- bzw. Ausmarsch)  
Alterseinteilung: Gruppe I a) 8 - 12 Jahre, I b) 13-18 Jahre, I c) 19 Jahre und älter

**Gruppe II - Hip Hop**

**Vorführungen aus dem Bereich Hip Hop:**

**Hip Hop ohne Showeffekte**

Die Auftrittsdauer beträgt maximal 3,5 Minuten (kein Ein- bzw. Ausmarsch)  
Alterseinteilung: Gruppe II a) 8 - 12 Jahre, II b) 13-18 Jahre, II c) 19 Jahre und älter

**Gruppe III - Show**

**Vorführungen aus den Bereichen Schaudarbietung (Schauvorführung):**

**Turnshow mit und ohne Geräte, Themen-Show, Akrobatik, Rhönrad, Rope Skipping, Cheerleading, Aerobic**

Die Auftrittsdauer beträgt maximal 4-6 Minuten (kein Ein- bzw. Ausmarsch)  
Alterseinteilung: Gruppe III a) bis 12 Jahre, III b) 13-18 Jahre, III c) 19 Jahre und älter

**Gruppe IV - reine Männergruppen**

**Vorführungen aus den Bereichen Schaudarbietung (Schauvorführung):**

**Turnshow mit und ohne Geräte, Themen-Show, Akrobatik, Rhönrad, Rope Skipping, Cheerleading**

Reine Männergruppen aus dem Bereich Dance bitte unter Gruppe I anmelden!!!

Die Auftrittsdauer beträgt maximal 5 Minuten (kein Ein- bzw. Ausmarsch)

Mit der Anmeldung müssen alle Gruppenteilnehmer in den Kategorien Gruppe I - III namentlich mit Jahrgang angegeben werden. In der jeweiligen Alterseinteilung muss die Mehrheit der Gruppenteilnehmer der angegebenen Altersklasse zugeordnet werden können. Qualifikation zum TVM-Showgruppenpool möglich!

# Happy Gymnastics

## Wertungskriterien:

Die Wertungskriterien wurden den entsprechenden Wettbewerben und Wettkämpfen angelehnt und können beim TVM angefordert werden.

## Meldung und Meldeschluss:

Die Anmeldungen werden mittels nachfolgend abgedruckter Meldung an den Turnverband Mittelrhein bis zum 18. Februar 2011 erbeten.

Die Vorführungen werden erst ab jeweils 5 Anmeldungen je Gruppe (I - IV) gewertet.

## Musik:

Die Begleitmusik - bitte unbedingt die Auftrittszeit einhalten - muss am Anfang einer CD aufgenommen und dem TVM bis zum 04. März 2011 vorliegen. Bei Nichtvorlage der Musik kann ein Startrecht nicht gewährleistet werden.

## Vorführfläche:

Die Größe der Vorführfläche in der Sporthalle Oberwerth beträgt 14 x 14 m.

## Kostenbeitrag:

Aktive Teilnehmer und deren Übungsleiter	6,00 EUR pro Person (Gruppe I bis IV)
Aktive ab 15 Teilnehmer pauschal	85,00 EUR pro Gruppe (Gruppe I bis IV)
Zuschauer	10,00 EUR pro Person
Zuschauer mit GYM CARD	9,00 EUR pro Person

\*\*\*

Veranstalter:

Turnverband Mittelrhein

Ausrichter:

TVM-Sportmarketing GmbH

\*\*\*

Die Veranstaltung wird durchgeführt unter Beteiligung folgender Fachbereiche:

- Gymnastik und Fitnesssport Frauen/Männer
- Aerobic
- „Rendezvous der Besten“
- Mittelrheinische Turnerjugend

\*\*\*

**Allen Gruppen und Teilnehmern  
wünschen wir schon heute viel Freude bei der Vorbereitung  
und viel Spaß bei Happy Gymnastics**

Termin schon heute  
vormerken:



**BUGA-Gym 2011  
Koblenz**

Faszination Gymnastik & Tanz

23.-26. Juni 2011  
Koblenz

## Willkommen in Koblenz

Die Stadt Koblenz blickt auf eine stolze Geschichte zurück, die noch heute vielerorts spürbar ist. Und sie blickt in eine ebenso große Zukunft.

Im Herzen des Landes Rheinland-Pfalz gelegen, verbindet Koblenz malerische Gassen und verträumte Plätze mit kulturellem Feingest und ursprünglicher Natur.

Sehenswürdigkeiten aus 2.000 Jahren Stadtgeschichte, aber auch die typische „Kowelenzer Lebensart“ machen die Stadt zu einem faszinierenden Reiseziel, das mit der Bundesgartenschau Koblenz 2011 noch attraktiver wird.



**BUGA-Gym 2011  
Koblenz**

Faszination Gymnastik & Tanz



## Internationale **GYMNAESTRADA** Rheinland-Pfalz vom **23.-26. Juni 2011** in Koblenz

im Rahmen der Bundesgartenschau Koblenz

*Wir sind dabei!*

**GYMWELT** 



## Ausschreibung

Veranstalter: Turnverbände Rheinland-Pfalz, Mittelrhein, Rheinhessen und Pfalz  
Ausrichter: Turnverband Mittelrhein  
Geschäftsstelle: BUGA-Gym 2011, Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz  
Telefon 0261/135-153 oder -158, Fax 0261/135-159  
E-Mail: [gymnaestrada@tvm.org](mailto:gymnaestrada@tvm.org), [buga-gym2011@tvm.org](mailto:buga-gym2011@tvm.org)  
[www.tvm.org](http://www.tvm.org)



**Drei Landesturnverbände - eine Gymnaestrada**

## **Internationale GYMNAESTRADA Rheinland-Pfalz vom 23.-26. Juni 2011 in Koblenz**

Eine „Internationale GYMNAESTRADA Rheinland-Pfalz“ im Rahmen der Bundesgartenschau 2011 in Koblenz - eine tolle und einmalige Gelegenheit für alle Vorführgruppen aus dem In- und Ausland, um dabei den besonderen Flair einer Bundesgartenschau mit ihrer Blumenpracht und ihren Besonderheiten zu genießen.

Für Gymnaestrada-Teilnehmer, die den Festbeitrag entrichten und aktiv das Bühnenprogramm mitgestalten, ist der Eintritt auf das Gelände der Bundesgartenschau am Freitag und Samstag frei.

Die GYMNAESTRADA wird auch als die Börse oder die Musterschau dessen beschrieben, was die Turnvereine in der täglichen Vereinsarbeit zu leisten imstande sind. Sowohl die neuesten Trends als auch die bewährten Klassiker der Vorführgruppen werden zu bestaunen sein.

Auf zwei Bühnen in der Altstadt von Koblenz und weiteren zwei Bühnen auf dem Gelände der Bundesgartenschau können die Vorführgruppen der Vereine ihren bunten Strauß der Showvorführungen präsentieren.

GYMNAESTRADA ist „turnen auf Straße“ und meint damit, dass Turnen in seiner schönsten Form - als Showvorführung - auf die Straße bzw. unter die Menschen gebracht wird. Den Inhalten und der Art der Vorführungen sind keine Grenzen gesetzt (außer den zeitlichen Vorgaben), jede klassische Sportart oder auch Disziplinen außerhalb des Turnens bietet die Möglichkeit, dies in einer ansprechenden und gut choreographierten Show zu präsentieren: Gymnastik, Gymnastik und Tanz, Aerobic, Boden- und Gerätturnen, Akrobatik, Rope Skipping, Rhönradtturnen, Folkloretanz, Turnspiele, Fitness- und Gesundheitssport

Wir laden alle Vereine mit ihren Turnerinnen und Turnern sowie alle interessierten Organisationen aus dem In- und Ausland zur Internationalen BUGA-Gym 2011 nach Koblenz ein!

### **BUGA-GYM**

**Internationale GYMNAESTRADA Rheinland-Pfalz  
Da muss ich dabei sein!**

Die Gymnaestrada, ein Spiegelbild der Vielfalt der Aktivitäten und Strömungen in den Turnverbänden von Rheinland-Pfalz. Drei Tage Sport, Freude und Geselligkeit.

### **Teilnehmen können ...**

- Vereinsgruppen der Turnverbände Mittelrhein, Rheinhessen und Pfalz
- Gruppen aus anderen Landesturnverbänden und dem Ausland
- Gruppen von Universitäten, pädagogischen Hochschulen, Kindergärten, Schulen, o.ä. Institutionen aus dem In- und Ausland

### **Vorführen kann man ...**

- Schau- und/oder Lehrvorführungen aus der gesamten Palette des Turnens, der Gymnastik, Aerobic, Boden- und Gerätturnen, Tänze, Akrobatik, Rope Skipping, Spiele, Fitness- und Gesundheitssport sowie sonstige Vorführungen.

### **Eingeladen sind alle, ...**

die gemeinsam mit uns ein Fest mit Gymnastik - Turnen - Tanz und Spiel feiern wollen.

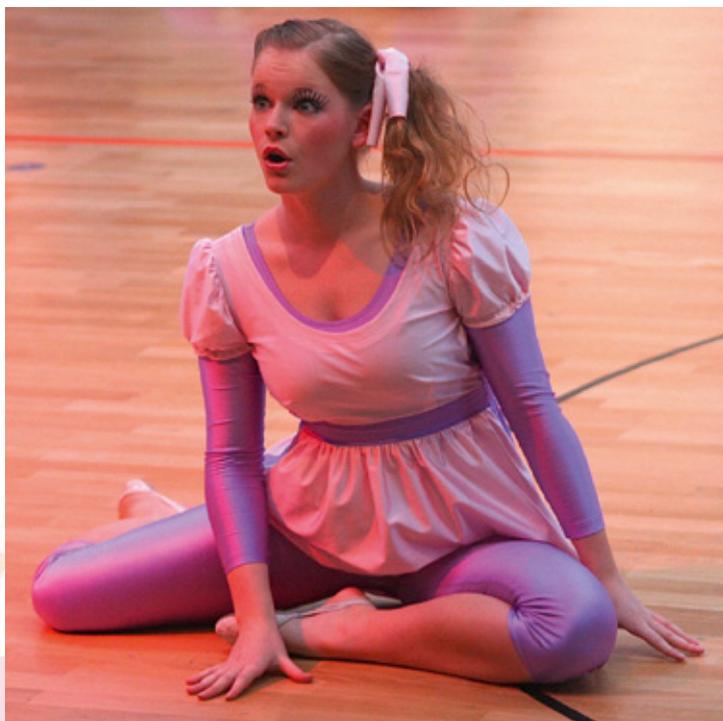
### **Anmeldeschluss ist am 15. April 2011**

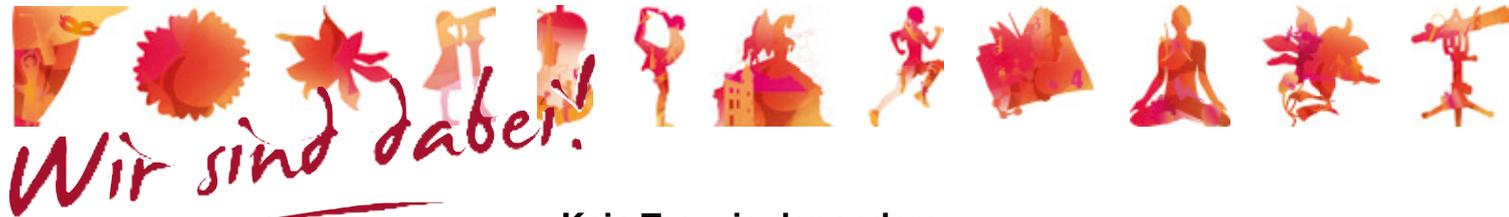
**Schauvorführungen** auf voraussichtlich vier Vorführflächen mit und ohne Bewertung (2 Bühnen Gelände BUGA Koblenz 2011, 2 Bühnen Altstadt Koblenz)

- Mindestanzahl pro Gruppe 6 Teilnehmer/innen
- Vorfühdauer maximal 6 Minuten
- pro Gruppe sind mehrere Vorführungen möglich
- bitte Handgeräte selbst mitbringen
- keine Verankerung für Großgeräte vorhanden
- Bühnengröße von 6 x 8 m bis 12 x 14 m

### **Bundesgartenschau Koblenz 2011**

Mit einem bunten Strauß an Farben, Formen und Ideen verändert die Bundesgartenschau Koblenz 2011 nachhaltig das Gesicht der Stadt. In direkter Umgebung vom Kurfürstlichen Schloss, dem Deutschen Eck und der Festung Ehrenbreitstein entsteht auf einer Fläche von 48 Hektar das neue grüne Gesicht der Mittelrheinmetropole. Die Bundesgartenschau Koblenz 2011 bietet allen Gästen aus dem In- und Ausland ein Forum für ein umfassendes Freizeit- und Kulturangebot.





Kein Tag wie der andere

## VORLÄUFIGES PROGRAMM

[www.rheinsteig.de](http://www.rheinsteig.de)

[www.unesco-welterbe.de](http://www.unesco-welterbe.de)

[www.buga2011.de](http://www.buga2011.de)

### Die GYMNAESTRADA auf einen Blick

Sport, Lebensfreude, Geselligkeit in Koblenz, der Stadt am Zusammenfluss von Rhein und Mosel, am weltweit bekannten Deutschen Eck

### DONNERSTAG, 23. Juni 2011 (Fronleichnam)

19.00 Uhr - Eröffnungsveranstaltung am Görresplatz  
 anschl. - Eröffnungsparty mit Livemusik.  
 - Ausgewählte Gruppen zeigen Vorführungen.  
 - Einstimmung mit Live-Musik auf die folgenden BUGA-Gym-Tage

### FREITAG, 24. Juni 2011

ganztägig - Schauvorführungen mit und ohne Bewertung auf Bühnen in der Stadt Koblenz und im Gelände der BUGA Koblenz 2011  
 - Geführte Wanderungen im Weltkulturerbe Mittelrheintal  
 - freier Eintritt ins Gelände der BUGA Koblenz 2011\*\*  
 - Ausstellung „200 Jahre Turnbewegung - 200 Jahre soziale Verantwortung“  
 19.00 Uhr - Riverboat-Shuffle auf dem Rhein - Mega-Fete auf einem Schiff auf dem Rhein  
 ab 21.00 Uhr - Gymnaestrada-Treff am Görresplatz

### SAMSTAG, 25. Juni 2011

ganztägig - Schauvorführungen ohne Bewertung auf Bühnen in der Stadt Koblenz und im Gelände der BUGA Koblenz 2011  
 - Geführte Wanderungen im Weltkulturerbe Mittelrheintal

- freier Eintritt ins Gelände der BUGA Koblenz 2011\*\*

- Ausstellung „200 Jahre Turnbewegung - 200 Jahre soziale Verantwortung“

19.00 Uhr - Gymnaestrada-Sportschau - Ein Highlight der Gymnaestrada wird die Gymnaestrada-Sportschau sein. Zwei Stunden Turnen + Show pur warten auf Sie auf der BUGA Koblenz 2011.

ab 21.00 Uhr - Gymnaestrada-Treff am Görresplatz

### SONNTAG, 26. Juni 2011

10.30 Uhr - Matinee der Schauvorführungen „The best of“ BUGA-Gym 2011 - Ausgewählte Vorführungen der Gymnaestrada Rheinland-Pfalz bieten eine Show aus Bewegung, Gymnastik und Tanz.  
 - Ausstellung „200 Jahre Turnbewegung - 200 Jahre soziale Verantwortung“



## DIE KOSTEN IN DER ÜBERSICHT

Festbeitrag: 30,00 EUR/35,00 EUR

Darin sind enthalten:

Besuch der Eröffnungsveranstaltung/-party und aller Schauvorführungen (mit Ausnahme der kostenpflichtigen Veranstaltungen) sowie das offizielle Gymnaestrada-T-Shirt, Eintritt in das Gelände der BUGA am Freitag und Samstag, incl. Nutzung 1x täglich Seilbahn (offizieller Preis für Eintritt und einmaliger Nutzung der Seilbahn 18,00 EUR).

Meldegeld für	gemeldete Fest-Teilnehmer mit Festbeitrag (mit GYM CARD)	gemeldete Fest-Teilnehmer (ohne GYM CARD)	Besucher ohne Festbeitrag (kein Eintritt ins BUGA-Gelände)
Teilnehmer	30,00 EUR	35,00 EUR	--
Übernachtung/Frühstück von Donnerstag bis Sonntag im Gemeinschaftsquartier *	25,00 EUR	30,00 EUR	--
Eröffnungsveranstaltung	--	--	--
Schauvorführungen	--	--	--
Gymnaestrada-Sportschau (Reservierung)	4,00 EUR	4,00 EUR	4,00 EUR***
Matinee „The best of“	10,00 EUR	12,00 EUR	15,00 EUR
Riverboat-Shuffle auf dem Rhein	10,00 EUR	12,00 EUR	15,00 EUR
Gymnaestrada-T-Shirt	--	--	12,50 EUR

\* Luftmatratze, Schlafsack und Frühstücksgeschirr sind mitzubringen

\*\* Für Teilnehmer, die den Festbeitrag in Höhe von 30,00 EUR/35,00 EUR bezahlt haben und aktiv das Bühnenprogramm mitgestalten, ist der Eintritt am Freitag und Samstag ins BUGA-Gelände frei!

\*\*\* Nur buchbar mit einer Eintrittskarte zur BUGA 2011.



## Koblenz-Touristik www.koblenz-touristik.de



### Übernachtungsmöglichkeiten

Über 60 Hotels bieten den Gästen der BUGA-Gym 2011 fast 4.000 Betten jeder Kategorie an. Ob familiäre Pension oder \*\*\*\*Sterne-Hotel, in der Innenstadt oder doch lieber in einem der Stadtteile. Suchen Sie sich „Ihre“ Unterkunft aus. Informationen zu Übernachtungsmöglichkeiten in Koblenz:

Ansprechpartnerin:

Frau Keller

Telefon: 0261-9148123

E-Mail: [keller@koblenz-touristik.de](mailto:keller@koblenz-touristik.de)

### Stadtführungen

Möchten Sie Koblenz näher kennen lernen? Sie haben die Möglichkeit bei der Koblenz Touristik verschiedene Führungen zu buchen. Informationen zu Stadtführungen in Koblenz:

Ansprechpartner:

Herr Stefan Ohlwein

Telefon: 0261-3038814

E-Mail: [ohlwein@koblenz-touristik.de](mailto:ohlwein@koblenz-touristik.de)

## Herzlich Willkommen zur BUGA Koblenz 2011



nen Stadt, flanieren Sie an der Rheinpromenade und schweben Sie mit der Seilbahn über den Rhein, genießen Sie Sonne, Musik, Kunst und kulinarische Köstlichkeiten auf der Bundesgartenschau Koblenz 2011.

Weitere Informationen unter [www.buga2011.de](http://www.buga2011.de)

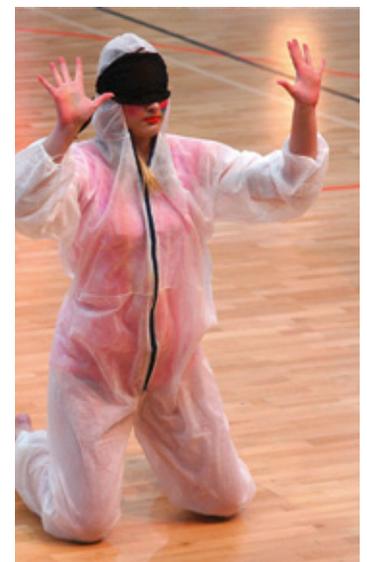


**Bundesgartenschau 2011**  
**Koblenz verwandelt**

Die BUGA Koblenz 2011 verwandelt Koblenz, und eine der ältesten Städte Deutschlands präsentiert sich mit einem neuen Gesicht. Wer Koblenz kennt, entdeckt bekannte Orte in neuer Pracht und bisher verschlossene Bereiche gilt es erstmals zu erkunden. Wer Koblenz zum ersten Mal besucht, wird begeistert sein von der romantisch gestalteten Rheinpromenade, frischen Grünflächen, geschichtsträchtigen Parks mit modernem Gesicht und der neu gestalteten Verbindung zwischen Ufern, historischen Gebäuden, Parks und dem Stadtzentrum.

Es wird die erste Bundesgartenschau in Rheinland-Pfalz sein. Koblenz freut sich darauf, seine Verwandlung zu feiern und rund zwei Millionen Besucher zu einem sommerlangen Fest begrüßen zu können. Aus ganz Deutschland und den benachbarten Ländern reisen die Besucher an und erleben vom 15. April bis 16. Oktober 2011 wie in drei abwechslungsreichen Bereichen die Blumenpracht erblüht und sich im Wandel der Jahreszeiten verändert.

Wir laden Sie ein zu einem unvergesslichen Besuch: Erleben Sie die blühende Gartenpracht direkt im Herzen einer welttoffe-





## Meldebogen BUGA-Gym 2011 vom 23.-26. Juni 2011 in Koblenz

**Bis zum 15. April 2011 an den TVM senden oder faxen (0261/135-159):**

Verein/Gruppe:	
Turngau/Turnverband:	
Name:	GYMCARD-Nr.: *
Straße:	
PLZ, Ort:	
Telefon (tagsüber):	Handy:
E-Mail:	Telefax:

**Gesamt-Teilnehmerzahl (auch die, die nicht übernachten)** \_\_\_ TN weibl. / \_\_\_ TN männl.  
**Teilnehmer mit Übernachtung/Frühstück im Gemeinschaftsquartier** \_\_\_ TN weibl. / \_\_\_ TN männl.

Jugendgruppen können nur teilnehmen, wenn ein verantwortlicher Betreuer die Gruppe begleitet und ggf. mit übernachtet.

\* Bei GYMCARD-Preis muß auch die GYMCARD-Nr. ( s.o. ) angegeben werden!

GESAMTKOSTENAUFSTELLUNG	Anzahl		gemeldete Fest-Teilnehmer mit Festbeitrag (mit GYMCARD)	Anzahl		gemeldete Fest-Teilnehmer mit Festbeitrag (ohne GYMCARD)	Anzahl		Besucher ohne Festbeitrag (kein Eintritt ins BUGA-Gelände)	Gesamtbetrag EUR
	Damenschrittl	Herrenschrittl geräte		Damenschrittl	Herrenschrittl geräte		Damenschrittl	Herrenschrittl geräte		
Teilnehmer			30,00 EUR			35,00 EUR	--	--	--	
Übernachtung/Frühstück von Donnerstag bis Sonntag im Gemeinschaftsquartier			25,00 EUR			30,00 EUR	--	--	--	
Eröffnungsveranstaltung			--			--	--	--	--	
Schauvorführungen			--			--	--	--	--	
Interesse an geführten Wanderungen			--			--	--	--	--	
Gymnaestrada-Sportschau (Reservierung)			4,00 EUR			4,00 EUR			4,00 EUR **	
Matinee „The best of Gymnaestrada“			10,00 EUR			12,00 EUR			15,00 EUR	
Riverboat-Shuffle auf dem Rhein			10,00 EUR			12,00 EUR			15,00 EUR	
	Damenschrittl	Herrenschrittl geräte		Damenschrittl	Herrenschrittl geräte		Damenschrittl	Herrenschrittl geräte		
Gymnaestrada-T-Shirt, Größe S			--			--			12,50 EUR	
Gymnaestrada-T-Shirt, Größe M			--			--			12,50 EUR	
Gymnaestrada-T-Shirt, Größe L			--			--			12,50 EUR	
Gymnaestrada-T-Shirt, Größe XL			--			--			12,50 EUR	
Gymnaestrada-T-Shirt, Größe XXL			--			--			12,50 EUR	
<b>GESAMTBETRAG</b>										

\*\* Nur buchbar mit einer Eintrittskarte zur BUGA 2011.

Für Teilnehmer, die den Festbeitrag in Höhe von 30,00 EUR/35,00 EUR bezahlt haben und aktiv das Bühnenprogramm mitgestalten, ist der Eintritt am Freitag und Samstag ins BUGA-Gelände frei! Des weiteren freier Eintritt zur Eröffnungsveranstaltung/-party sowie aller Schauvorführungen (mit Ausnahme der kostenpflichtigen Veranstaltungen) sowie kostenlos ein Gymnaestrada-T-Shirt. Aus organisatorischen Gründen bitten wir dennoch mit der Anmeldung die Anzahl der Eintrittskarten sowie die T-Shirt-Größen einzutragen. Zusätzlich gewünschte Eintrittskarten bzw. T-Shirts (kostenpflichtig) bitte in der rechten Spalte eintragen.

### **Einzugsermächtigung**

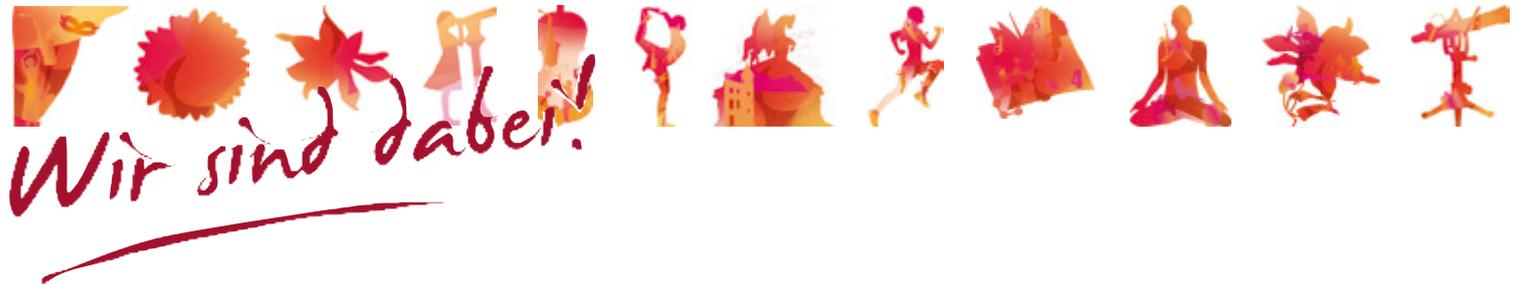
Der Turnverband Mittelrhein ist ermächtigt, den oben errechneten Betrag von unserem/meinem Konto abzubuchen.

Konto-Nr.:		BLZ:	
Bank:			
Kontoinhaber:			

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

Für Unfälle, Verluste und Beschädigungen haftet der/die Teilnehmer/in. Für die Teilnehmer, die keinem Turn- und/oder Sportverein angehören, erfolgt die Teilnahme auf eigene Gefahr. Schadensersatzansprüche aller Art sind ausgeschlossen! Vereinsmitglieder sind über den jeweiligen Verein unfallversichert.



**Aus organisatorischen Gründen bitten wir,  
für jede Vorführung eine separate Anmeldung abzugeben.**

Wir nehmen an den Schauvorführungen **mit Bewertung** am Freitag Vormittag mit \_\_\_\_\_ Personen teil.  
Wir nehmen an den Schauvorführungen **ohne Bewertung** am Freitag Vormittag mit \_\_\_\_\_ Personen teil. \*  
Wir nehmen an den Schauvorführungen **ohne Bewertung** am Freitag Nachmittag mit \_\_\_\_\_ Personen teil. \*  
Wir nehmen an den Schauvorführungen **ohne Bewertung** am Samstag Vormittag mit \_\_\_\_\_ Personen teil. \*  
Wir nehmen an den Schauvorführungen **ohne Bewertung** am Samstag Nachmittag mit \_\_\_\_\_ Personen teil. \*  
Wir nehmen als Besucher mit \_\_\_\_\_ Personen teil.

\* Wir sind bereit, unsere Vorführung mehrmals - auch auf versch. Bühnen - darzubieten: **O ja** **O nein**  
(Gruppen, die an der Schauvorführung mit Bewertung teilnehmen, können im Anschluss natürlich auch an den Schauvorführungen ohne Bewertung teilnehmen.)

**Verein/Leitung der Gruppe:** (Name, Vorname, Telefon, E-Mail)

**Bezeichnung/Titel der Vorführung:**

**Musiktitel und Interpret der Vorführung:** (Bereithaltung einer CD-Kopie wird empfohlen)

**Dauer in Minuten** \_\_\_\_\_ **Anzahl der Vorführenden** \_\_\_\_\_  
(Vorfühdauer max. 6 Minuten) (mind. 6 Teilnehmer)

**Kurze Erläuterung der Vorführung:**

**Angabe der benötigten Geräte, welche vom Veranstalter zur Verfügung gestellt werden müssen:**

Handgeräte und Steps müssen mitgebracht werden! Keine Verankerung für Großgeräte vorhanden!

**Wir sind bereit, bei Auswahl unserer Gruppe, an der Matinee „The best of“ am Sonntag teilzunehmen:**

**O ja** **O nein**

## Showtanzgruppen aufgepasst !!!

Die Showbühnen des Turnverbandes Mittelrhein 2011 - bereits jetzt einen Auftritt reservieren!

Eure Gruppe, Euer Verein sucht eine Möglichkeit, die einstudierten Vorführungen und Tänze vor Publikum zu präsentieren? Die Termine der beliebten TVM-Showbühnen stehen fest, schnell anmelden und einen Platz sichern. Gezeigt wird alles von Jazztanz, Aerobic, Kindertänzen, Hip-Hop, Rope Skipping, Showtanz und vieles mehr.

Ihr wollt dabei sein? Dann füllt nachstehendes Anmeldeformular aus und sendet es an: Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz, Fax 0261-135159. Infos unter Tel. 0261-135150. Ein Anmeldeformular findet Ihr auch auf unseren Internetseiten unter [www.tvm.org](http://www.tvm.org) „Veranstaltungen“. Impressionen zu den Veranstaltungen aus dem vergangenen Jahr unter „Fotoalbum“. Viel Spaß.

Nach Eurer schriftlichen Anmeldung wird Eure Vorführung in das Programm aufgenommen. 3 Wochen vor der Veranstaltung erhaltet Ihr den genauen Programmablauf mit den einzelnen Informationen zugesandt. Wir freuen uns auf Eure Anmeldung und stehen für Rückfragen gerne zur Verfügung.

Absender (Kontaktperson der Gruppe): \_\_\_\_\_

Verein: \_\_\_\_\_

Gruppenname: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ und Ort: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

### Wir möchten teilnehmen:

- TVM-Showbühne beim Sommerfest des Turnverbandes Mittelrhein am Samstag, 04. Juni 2011, ca. 11.00 - 18.00 Uhr, Autohaus Löhr Automobile - Toyota, Koblenz
- TVM-Showgruppenwettbewerb beim Sommerfest des Turnverbandes Mittelrhein am Sonntag, 05. Juni 2011, ca. 11.00 - 18.00 Uhr, Autohaus Löhr Automobile - Toyota, Koblenz (TN-Gebühr 15,00 Uhr)
- TVM-Showbühne am Sonntag, 18. September 2011, 12.00 - 18.00 Uhr, beim Schängelmarkt auf dem Görresplatz, Koblenz

### Informationen zu Ihrer Gruppe:

\_\_\_ Ein Foto ist beigefügt.

\_\_\_ Kinder \_\_\_ Erwachsene

Kurzbeschreibung der Vorführung: \_\_\_\_\_

Dauer der Vorführung \_\_\_\_\_

Kostümbeschreibung \_\_\_\_\_

Gruppenstärke \_\_\_\_\_

Seit wann besteht die Gruppe? \_\_\_\_\_

Merkmale / Auszeichnungen: \_\_\_\_\_

An Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz, Fax: 0261/135159, Tel.: 0261/135-150



nen), Nutzung des Ruhe- Saunazentrums, Dach-Terrassenfreibad, Finnische Sauna, Bio-Kräutersauna, Asia Dampfbad, Kinesis-Fitness-Studio, Wellnessbar, (Ruheoasen). In dieser Zeit können Sie auch eigene Behandlungswünsche und Therapien genießen. Tipp: Nach dem Peeling empfiehlt sich eine schöne Massage oder kosmetische Behandlung. Bitte unbedingt für eigene Therapien / Behandlungswünsche Termin mit der Wellness-Rezeption direkt vereinbaren (Tel: 06751/9339166). Diese Zusatzbehandlungen sind nicht im Preis enthalten und müssen extra bezahlt werden an der Wellness-Rezeption. (10 % Rabatt auf Einzelbehandlungen)

Teilnehmer: Alle Interessierten (ÖL erhalten 4 LE zur Lizenzverlängerung), Begrenzte Teilnehmerzahl

Leitung: Claudia Hoseus

Referentin: Claudia Hoseus

Meldeschluss: 22. Januar

Gebühr: 65,00 EUR Vereinszugehörige, 75,00 EUR ohne Vereinszugehörigkeit. Bei Absagen nach dem Meldeschluss muss für Ersatz gesorgt werden oder die Kosten gezahlt werden

Sonstiges: Bitte eigenen Bademantel und Handtücher sowie Badeutensilien mitbringen.

Mittagessen im Preis enthalten

Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: turngau-nahetal@tvm.org

## 60

### DTB Tagesspecial „BodyMind Dreams“ (8 LE)

Wellness und Gesundheit zählen zu den Kernbotschaften der heutigen Zeit und sind daher für alle Übungsleiter/Innen wichtiger denn je. Dieses Special entführt Sie in drei unterschiedliche Welten ARHOHA, INDIAN BALANCE und YOGAdance, welche ein enormes Potenzial an Kraft, Ruhe und Leidenschaft in sich bergen.

Datum: 27. Februar

Zielgruppe: Alle Übungsleiter Aerobic, Fitness, Gesundheitssport

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr

Ort: Mainz

Referent: Nina Klinkenberg

Meldeschluss: 30. Januar

Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR

Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen, Pluspunkt Gesundheit, des DTB-Aerobic/Step- Trainer Basic, DTB Trainer GroupFitness und des DTB-Rückentrainer anerkannt.

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 31

### Be in Balance

Schulung und Training der Sensomotorik, der Koordination, des Gleichgewichts und der Kraftausdauer. Hier werden Möglichkeiten aufgezeigt, mit und ohne zusätzliche Trainingsgeräte in Begleitung rhythmisch-dynamischer Musik die Sensomotorik zu schulen. Von Choreographie und Trainingseinheiten in verschiedenen Ebenen und

einem Kursmanual ist alles dabei, was dem Kursteilnehmer neuen Schwung und neue Ideen für z.B. Bodyforming-, Rücken-, Entspannungskurse etc. bietet.

Datum: 13. März

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Andrea Neugebauer

Meldeschluss: 25. Februar

Gebühr: 27,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 915

### „L-Treff 2011 „Vital und ausgeglichen in den Frühling“ Workout Mi® 2011 (Fortbildung des Turngaues Rhein-Westerwald)

Das Lehrgangsthema umfasst die Bereiche Fighting Fit meets Pilates und Shake · Sweat mit den Brasils. Der Workout Mix soll nach dem Winter die Lebensgeister wecken, Vitalität und auch Ausgeglichenheit bringen. Das Fighting Fit Programm vermittelt Übungselemente aus dem Kampfsport im Flow des 3/4 Takt. Die Bewegungen sind einfach, leicht nachvollziehbar, aber dennoch schweißtreibend und effektiv. Im Anschluss erfolgt ein Mattentraining nach Pilates. Der 2. Teil beinhaltet ein Training mit den Brasils. Die Brasils sind kleine, grüne Handgewichte der Fa. Togu, die sich wunderbar zum Training der Tiefenmuskulatur einsetzen lassen. Hier erwartet dich eine Kombination aus Ausdauer-, Kraft-, Stabilisations- und Entspannungstraining. Lass dich überraschen!

Datum: 19. März

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Montabaur, Turnhalle Peter-Altmeier-Gymnasium

Zielgruppe: Übungsleiter · Interessierte

Referentin: Simone Müller

Gebühr: 25,00 EUR (mit GYM CARD 20,00 EUR)

Meldeschluss: 10. März

Meldung an Karla Thiede, Krokusstr. 4 56410 Montabaur, Tel/Fax 02602/17254

## 916

### WWW-Weiterbildung, Wohlfühlen, Wellness“ Turngau Nahetal in Kooperation mit dem bekannten Romantik Hotel Vital Spa: „Bollant's im Park“ (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Datum: 10. April

Zeit: 10.45 Uhr- offenes Ende (4 LE)

Ort: Bad Sobernheim, Romantik Hotel „Bollant's im Park“ ([www.bollants.de](http://www.bollants.de))

Inhalt:

10.45 Uhr Anreise Begrüßung / 11.00-13.30 Uhr: Aqua-Fitness incl. Aqua-Jogging danach .Ruhen, Spazieren und leichtes Mittagessen / Ab 14.30 Abyangha Massagen: entweder Mukabyangha ((Kopf/Gesicht) oder Padabyangha (Fuss) Massage. Bei dieser Behandlung wird in kur-

zer Zeit eine tiefe Entspannung erreicht und die Energien im Körper harmonisiert.

Nutzung des Ruhe- · Saunazentrums, Dach-Terrassenfreibad, Finnische Sauna, Bio-Kräutersauna, Asia Dampfbad, Kinesis-Fitness-Studio, Wellnessbar, (Ruheoasen). In dieser Zeit können Sie auch eigene Behandlungswünsche und Therapien genießen. Tipp: Nach dem Rasulbad empfiehlt sich eine schöne Massage oder kosmetische Behandlung. Bitte unbedingt für eigene Therapien / Behandlungswünsche Termin mit der Wellness-Rezeption direkt vereinbaren (Tel: 06751/9339166). Diese Zusatzbehandlungen sind nicht im Preis enthalten und müssen extra bezahlt werden an der Wellness-Rezeption. (10 % Rabatt auf Einzelbehandlungen)

Teilnehmer: Alle Interessierten (ÜL erhalten 4 UE zur Lizenzverlängerung). Begrenzte Teilnehmerzahl

Leitung: Claudia Hoseus

Referentin: Claudia Hoseus

Meldeschluss: 12. März

Gebühr: 75,00 EUR Vereinszugehörige / 85,00 EUR ohne Vereinszugehörigkeit. Bei Absagen nach dem Meldeschluss muss für Ersatz gesorgt werden oder die Kosten gezahlt werden

Sonstiges: Bitte eigenen Bademantel und Handtücher sowie Badeutensilien mitbringen.  
Mittagessen im Preis enthalten

Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: turngau-nahetal@tvm.org

## 53 DTB Tagesspecial „UniFit Universelles Fitnessstraining für jedermann (8 LE)

In diesem Tages Special werden die Grundlagen eines umfassenden und ganzheitlichen Fitnessstrainings erläutert und anhand dreier Modellstunden wird aufgezeigt wie abwechslungsreich und vielfältig die entsprechende Umsetzung aussehen kann. Ob Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination, Entspannung, Körperwahrnehmung oder Gesundheitsinfos: dieses Special zeigt, wie man spielerisch, variabel und spaßbetont all diese Bereiche gleichberechtigt in allgemeine Fitnessstunden für Frauen und vor allem auch für Männer einbauen kann.

Datum: 01. Mai

Zielgruppe: Alle Übungsleiter im Gesundheitssport.

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr

Ort: Mainz

Referent: DTB-Team

Meldeschluss: 2. April

Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR

Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen, des Pluspunkt Gesundheit, des „DTB- Trainer Wellness und Gesundheit“, des „DTB Aerobic-Trainer Basic“, des „DTB-Trainer GeräteFitness“, des „DTB Trainer GroupFitness“ sowie des „DTB Rückentrainer“ anerkannt.

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 50 RhTB Tagesspecial „Pilates intensiv“ (8 LE) (verlängert auch den DTB Trainer Pilates)

Ein energiereicher Pilates-Tag mit folgenden Schwerpunkten:

- Pilates Flow – Wege zur Pilates-Choreographie
- Modellstunde und Erarbeitung von „Transitions“ – Übergänge von einer Übung in die andere.
- Pilates – ein Core-Training
- Beckenboden und Pilates – Erleben der Kraft aus der Körpermitte
- Schulter, Nacken und Brustwirbelsäule – das Prinzip Lockerheit und Entspannung

Datum: 21. Mai

Voraussetzung: Fortgeschrittene Pilates Level 2/3

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr

Ort: Mainz

Referent: Sabine Diehl

Meldeschluss: 23. April

Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR

Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen, der 2. Liz. H B, der 2. Liz. HKT, DTB-Pilates-Trainer und des Pluspunkt Gesundheit anerkannt

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 33 Dynamische Flows mit Yoga und Pilates (Fortbildung für DTB-Trainer Pilates)

Yoga und Pilates sind mehr als eine Sammlung einzelner Übungen. Wie ein roter Faden laufen in beiden Bewegungsprogrammen Atem und Bewegung zusammen. Yoga und Pilatesübungen können sehr kraftvoll und herausfordernd sein. Gleichzeitig bringen die fließenden Bewegungsverbindungen Harmonie und Leichtigkeit für Körper und Geist. Mit dieser Fortbildung könnt Ihr Euer Zertifikat „DTB-Trainer Pilates“ um 2 Jahre verlängern.

Voraussetzung: Abgeschlossene DTB-Trainer-Ausbildung Pilates (Stufen 1-5)

Datum: 22. Mai

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Andrea Flach-Meyer

Meldeschluss: 06. Mai

Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber / 35,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 52 DTB-Special Rücken-Aktiv (8 LE)

Dieses Special befähigt Übungsleiter zur Durchführung des neuen Einsteiger-Kursprogramms Rücken-Aktiv. Der Einsatz komplexer funktioneller Dehn-, Kräftigungs- und Stabilisationsübungen stellt einen Schwerpunkt des Kurskonzepts dar. Alle Teilnehmer/innen erhalten umfangreiches Kurs-Material, welches neben den Grundlagen der

Rückenschule und Wirbelsäulengymnastik auch Stundenbilder/ Unterrichtsmaterial für den Kursleiter, Teilnehmerunterlagen sowie Formularvordrucke zur Organisation/Umsetzung des Kurses und Kooperation mit den Krankenkassen erhält.

Datum: 29. Mai

Zielgruppe: 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention Profil „allgemeine Prävention“, „Haltung und Bewegung“

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr

Ort: Mainz

Referent: Nadja Brecht

Meldeschluss: 1. Mai

Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR

Anerkennung: Verlängert mit 8 LE das Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit DTB“, 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“, „DTB- Trainer Wellness und Gesundheit“, des „DTB Aerobic-Trainer Basic“, des „DTB-Trainer GeräteFitness“, des „DTB Trainer GroupFitness“ sowie „DTB Rückentrainer“

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 34 Funktional-Training (FT)-Zirkel

Zirkeltraining ist eine attraktive Angebotsform für den Turnverein, da das Training abwechslungsreich ist, Männer und Frauen anspricht und verwendete Geräte nicht für jeden einzelnen Teilnehmer angeschafft werden müssen. Unter dem Motto „Das Fitnessstudio in der Turnhalle“

bietet der FT-Zirkel ein sehr modernes Konzept für Vereine bis hin zur Möglichkeit der Einrichtung eines „festen“ Zirkels in einem gesonderten Raum als Einsteiger-Fitnessstudio. Das Konzept des FT-Zirkel vereint funktionelle Kräftigungsübungen, Core-Training und sensomotorisches Training. 9 aufeinander aufbauende Zirkel bieten Spaß und optimales Training für alle. Der FT-Zirkel ist zielgruppenvariabel und kann im Bereich des Gesundheitssports bis hin zum Bereich des Leistungssports eingesetzt werden. Er ist in ein Gesamtstundenbild mit Aufwärmen, Lockerung, Dehnung etc. eingebunden.

Datum: 05. Juni

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Andrea Neugebauer

Meldeschluss: 20. Mai

Gebühr: 27,00 EUR für Gymcard-Inhaber / 30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 54 RhTB Top Tagesspecial Yoga mit Young Ho Kim (8 LE)

**Vormittags: Shift your Mind**

Unser Geist kann uns beflügeln, aber auch einschränken. Lerne, wie Du Deinen Geist verstehen und transformieren kannst, so dass er Dich erhebt. Es ist nicht nur eine Chance, es ist ebenso unsere Pflicht, unser Potential voll zu leben, denn deshalb sind wir auf dieser Erde, um

### Vorankündigung

Der Turnverband Mittelrhein und das Team von FLE I-SPORTS präsentieren die bundesweit erste



## FLE I-SPORTS-Convention am Samstag, 29. Oktober 2011 in Koblenz

...mit namhaften Referentinnen und Referenten ... u.a. haben Babara Klein und Andy Sasse, beide bekannte und internationale Presenter im Bereich FLE I-BAR, ihr Kommen nach Koblenz angekündigt....

**Vorläufiger Programmablauf:**

09.00 Uhr Einführung / gemeinsames „Warm up“ mit allen Teilnehmern  
anschließend Auswahl aus folgenden Workshop  
FLE I-BAR ... Yoga und Pilates ... KIDS ... Rückentraining u.v.m.  
CO -shape, CO -walking und Running ... u.v.m.  
Functional Training (mit FLE I-BAR, CO, Airex Balance Pool)  
Airex Balance ... u.v.m.  
Abschluss: Gemeinsames Cool-Down und Entspannung

Weitere Informationen und die detaillierte Ausschreibung sind ab Frühjahr 2011 bei der TVM-Geschäftsstelle erhältlich.

[www.tvm.org](http://www.tvm.org)

[www.flexi-sports.com](http://www.flexi-sports.com)

# FLEXI-BAR® oder Billigstab?

Anzeige

E-Mail an Ina Hertel-Kessler (FLEXI-SPORTS) von Silvia Müller (Übungsleiterin Gymnastik)

Von: [REDACTED]

Datum: 20. April 2010 15:36:37 MESZ

An: [ina@flexi-sports.com](mailto:ina@flexi-sports.com)

Betreff: Umtausch Billigstäbe

Hallo Frau Hertel-Kessler,

Die original Flexi- Bar, 20 Stck., sind wohlbehalten bei uns angekommen. Wir haben sie in der letzten Gymnastikstunde schon ausprobiert und die Teilnehmer konnten einen großen Unterschied zu den Billigstäben feststellen. Aussagen wie: "Wow, die schwingen ja fast von alleine!" oder "Damit klappt es viel besser!" bekam ich mehrmals zu hören. Auf jeden Fall gaben mir alle Teilnehmer und auch der Vorstand sehr positive Rückmeldung und wir sind uns sicher, das war eine gute Entscheidung.

Dank Ihrem großzügigen Angebot haben wir nun erstklassige Geräte und werden sie rege nutzen.

Hiermit möchten wir uns noch einmal ausdrücklich bei Flexi- Sports bedanken. Die alten Billigstäbe werden morgen von UPS bei mir abgeholt und zu Ihnen gebracht.

Mit freundlichen Grüßen  
Gymnastik-Treff Gelbachtal  
Silvia Müller



**Tauschen auch Sie jetzt Ihren gebrauchten Schwingstab gegen einen Original FLEXI-BAR® - MADE IN GERMANY mit AGR-Gütesiegel!**

Unabhängig von Zustand oder Fabrikat tauschen wir Ihre Schwingstangen zum Preis von € 19,90 zzgl. MwSt.\* Für jede Schwingstange erhalten Sie einen Original FLEXI-BAR® (MADE IN GERMANY) mit AGR-Gütesiegel und 24 Monaten Herstellergarantie.



Geprüft und empfohlen durch den Bundesverband der deutschen Rückenschulen e.V. und durch das Forum: gesunder Rücken - besser leben e.V.

Rufen Sie uns einfach an (Tel.: 089/450287-0) oder senden Sie eine E-Mail an [info@flexi-sports.com](mailto:info@flexi-sports.com)

**FLEXI-BAR®**  
EINFACH GUT AUSSEHEN UND SICH WOHLFÜHLEN

\*zzgl. Versandkosten

[www.flexi-sports.com](http://www.flexi-sports.com)

Übrigens: Vereine bezahlen nur 59 € inkl. MwSt.\* für einen neuen Original FLEXI-BAR® - Tel.: +49 (0)89 - 450287 - 0

unsere Talente in die Gemeinschaft einzubringen. Oft hindert uns das Denken, einen Schritt weiterzugehen und Grenzen zu erweitern. Yoga gibt uns fantastische Möglichkeiten, in uns hinein zu blicken und uns selbst zu verstehen. Ergreife die Möglichkeit und wachse sowohl körperlich als auch mental über Dich hinaus - denn Du bist mehr als Du denkst!

#### **achmittags: InsideFlow**

Alles ist im Fluss mit der Musik! Dein Körper, Dein Herz – Dein Yoga. Anmutig fließt Du in dieser Workshopsession von einer Yogaübung (Asana) zur nächsten, die Musik trägt Dich dabei weit über Deine Vorstellung hinaus und Deine Yogapraxis wird zu einem meditativen und schweißtreibenden Tanz mit Dir selbst.

Datum: 13. August  
Zielgruppe: Alle Übungsleiter  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Young Ho Kim

Meldeschluss: 18. Juli  
Gebühr: GYM CARD Preis: 50,00 EUR Regulärer Preis: 70,00 EUR  
Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen, und dem Pluspunkt Gesundheit anerkannt  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

#### **51**

### **AROHA Instructor Day „ ews und Updates“**

Nach dem kompakten Ausbildungskurs vermittelt der Instructor-Day weitere Facetten von AROHA®. Es wird ein Tag der besonderer Art, der für Instructoren weitere Anregungen und Variationen vermittelt und die Trainerpräsenz und persönlichen Bewegungserfahrungen stärkt. Den Schwerpunkt bilden AROHA- Elemente, die in der Grundausbildung thematisiert wurden, die aber im Einzelnen intensiv in den Bereichen Technik, Methodik und Anweisungen praxisorientiert geübt werden.

Datum: 21. August  
Voraussetzung: AROHA®-Instructor  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr  
Ort: Mainz

Meldeschluss: 29. Juli  
Gebühr: GYM CARD Preis: 75,00 EUR Regulärer Preis: 105,00 EUR  
Frühbucher-Rabatt: Buchung bis zum 28. Februar Frühbucherrabatt 5,00 EUR  
Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung des AROHA®-Instructor, aller 1. Lizenzstufen, der 2. Liz. H B, der 2. Liz. H K, und der DTB Aerobic bzw. Step Trainer mit 4 LE und dem Pluspunkt Gesundheit anerkannt.

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

#### **36**

### **Complete Bodyworkout mit Kleingeräten / 4moremuscles Old school**

In diesem Workshop stehen Kraft und Beweglichkeit im Vordergrund. Wir werden die guten alten Trainingsgeräte wie z.B. Gymnastikstab, Ball, Seil und Matten innovativ einsetzen. Wenig Choreographie, viel

Spaß und Power werden Inhalt dieses Workshops für den gesamten Körper sein. Für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet.

Datum: 17. September  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Anja Turleyski  
Meldeschluss: 02. September  
Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber /  
35,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

#### **56**

### **RhTB Tagesspecial „Workout 2011“ „Wie kann man Sensomotorik und funktionelle Gymnastik verbinden“ (8 LE)**

Diese Fortbildung bezieht sich auf das Thema Muskelkräftigung in Kombination mit sensomotorischem Training. Nicht nur in der Therapie, sondern auch in unseren gesundheitsorientierten Sportstunden ist das Training der Sensomotorik durchaus sinnvoll. In dieser Fortbildung erwarten Dich Modellstunden sowohl mit und ohne Kleingeräte. Als Kleingeräte werden Brasils und Aero Steps zum Einsatz kommen. Neben viel Praxis werden theoretische Informationen rund um Muskelkräftigung gegeben. Diese Fortbildung eignet sich für alle Übungsleiter und Trainer und natürlich alle Interessierte.

Datum: 29. Oktober  
Zielgruppe: Aerobic Trainer, Step Aerobic Trainer, ÜL im Gesundheitssport und alle Interessierten mit Vorkenntnissen im Workout Bereich  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Sara Hauser  
Meldeschluss: 30. September  
Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR  
Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen, der 2. Liz. H B, der 2. Liz. H K und dem Pluspunkt Gesundheit anerkannt

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

#### **91**

### **WWW-Weiterbildung, Wohlfühlen, Wellness“ Turngau ahetal in Kooperation mit dem bekannten Romantik Hotel Vital Spa: „Bollant's im Park“ (Fortbildung des Turngau es ahetal)**

Datum: 30. Oktober  
Zeit: 10.45 Uhr - offenes Ende, solange man möchte (5LE)  
Ort: Bad Sobernheim, Romantik Hotel „Bollant's im Park“ ([www.bollants.de](http://www.bollants.de))

Inhalt:  
10.45 Uhr Anreise, Begrüßung / 11.00-12.30 Uhr Aqua-Aerobic mit Handgeräten / 12.30 Uhr Ruhen, Spazieren gehen / 13.00-14.00 Uhr leichtes Mittagessen / 14.00-15.30 Uhr: Pilates zum Kennen lernen und Vertiefen / Ab 15.30 Uhr Rasulbad Dauer (30 min jeweils 5-6 Per-



Der Turnverband Mittelrhein präsentiert die

# Fitness- und Aerobic-Convention

am Samstag, 21. Mai 2011 in Montabaur

... mit namhaften Referenten

Hotline:

0261/135-153 oder -158

e-mail: [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org) oder  
[referent-ausbildung@tvm.org](mailto:referent-ausbildung@tvm.org)

Meldeschluss:  
21. April 2011



## Anmeldung zur Fitness- und Aerobic-Convention am 21. Mai 2011 in Montabaur

(Bitte bis zum **21.04.2011** an den TVM, Rheinau 10, 56075 Koblenz senden oder faxen 0261/135-159)

Name, Vorname		Geb.datum	
Straße			
PLZ, Ort			
Telefon		Telefax	
E-Mail		Handy	
Verein			

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgenden Arbeitskreisen an: In jeder Zeitsparte bitte gewünschten Arbeitskreis mit (X) und Alternativ-Arbeitskreis mit (O) ankreuzen.

Zeit	X / O	AK	Thema	Referent/in
09.00 - 10.30 Uhr		1	Dance-Project	Petra Kraus
		2	Drums Alive® Power Beats <b>(Achtung: Aufgepumpter Pezziball (Ø 75 cm) muss mitgebracht werden, sonst keine Teilnahme möglich!)</b>	S. Jackson / F. Winkler
		3	Brasil® Workout	Anja Turleyski
		4	Tai Chi Aerobic	Andrea Flach-Meyerer
11.00 - 12.30 Uhr		5	House - coole Moves, coole Musik	Petra Kraus
		6	Jump and Drum <b>(Achtung: Aufgepumpter Pezziball (Ø 75 cm) muss mitgebracht werden, sonst keine Teilnahme möglich!)</b>	S. Jackson / F. Winkler
		7	Kalorienbombe	Anja Turleyski
13.30 - 15.00 Uhr		8	Fließende Gymnastik mit dem Theraband	Andrea Flach-Meyerer
		9	Total Body Conditioning	Jannie Lindeque
		10	3/4-Step *	Adriano Valentini
		11	Krafttraining mit dem Theraband	Anja Turleyski
15.30 - 17.00 Uhr		12	Kleine Yogaflows	Andrea Flach-Meyerer
		13	Step-Combinations & -Variations 2011 *	Jannie Lindeque
		14	Easy Aerobics	Adriano Valentini
		15	Stretch + Relax	Anja Turleyski
		16	physyolates@Flow - starke Basis, bewegte Hüften	Florian Kastell

**Bitte bringen Sie zur Veranstaltung eine Isomatte mit.**

\* **Step kann mitgebracht werden:**      **O ja**      **O nein (Zusätzliche Gebühr: 5,00 EUR)**

Gebühr	X	pro Person
Preis für GYM CARD-Inhaber: GYM CARD-Nr. _____		40,00 EUR
Preis für Vereinsmitglieder * ohne GYM CARD:		45,00 EUR
Preis für Teilnehmer ohne Vereinsmitgliedschaft *:		80,00 EUR

\* Mitgliedschaft in einem Turn- und/oder Sportverein, der dem Turnverband Mittelrhein, dem Rhein Hessischen oder Pfälzer Turnerbund angehört. Bitte unten rechts vom Verein mit Stempel und Unterschrift bestätigen lassen. Ohne Bestätigung wird die höhere Gebühr fällig!

Die Gebühr in Höhe von \_\_\_\_\_ EUR (incl. 5,00 EUR Step-Leihgebühr - falls bestellt) überweise ich in den nächsten Tagen auf das Konto Nr. 56044, Sparkasse Koblenz, BLZ 570 501 20.

Die unten aufgeführten Rücktrittsbestimmungen erkenne ich hiermit an.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Teilnehmer/in

\_\_\_\_\_  
Stempel und Unterschrift Verein

### Rücktrittsbestimmungen

Jeder Rücktritt muss grundsätzlich schriftlich erfolgen. Dafür wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10,00 EUR erhoben. Ein Rücktritt ist nur bis zum 04.05.2010 möglich. Für Rücktritte nach diesem Datum ist die volle Teilnehmergebühr zu zahlen. Nach Anmeldeschluss erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

# Fitness- und Aerobic-Convention am Samstag, 21. Mai 2011, in Montabaur

Halle/ Zeit	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Halle 4
09.00 - 10.30 Uhr	AK 1 <b>Dance-Project</b> Petra Kraus	AK 2 <b>Drums Alive® Power Beats</b> Sharon Jackson / Frauke Winkler	AK 3 <b>Brasil® Workout</b> Anja Turleyski	AK 4 <b>Tai Chi Aerobic</b> Andrea Flach-Meyerer
11.00 - 12.30 Uhr	AK 5 <b>House - coole Moves, coole Musik</b> Petra Kraus	AK 6 <b>Jump and Drum</b> Sharon Jackson / Frauke Winkler	AK 7 <b>Kalorienbombe</b> Anja Turleyski	AK 8 <b>Fließende Gymnastik mit dem Theraband</b> Andrea Flach-Meyerer
12.30 - 13.30 Uhr	Mittagspause			
13.30- 15.00 Uhr	AK 9 <b>Total Body Conditioning</b> Jannie Lindeque	AK 10 <b>3/4-Step</b> Adriano Valentini	AK 11 <b>Krafttraining mit dem Theraband</b> Anja Turleyski	AK 12 <b>Kleine Yogaflows</b> Andrea Flach-Meyerer
15.30 - 17.00 Uhr	AK 13 <b>Step-Combinations &amp; -Variations 2011</b> Jannie Lindeque	AK 14 <b>Easy Aerobics</b> Adriano Valentini	AK 15 <b>Stretch + Relax</b> Anja Turleyski	AK 16 <b>physiolates®Flow - starke Basis, bewegte Hüften</b> Florian Kastell

## Das Conventionprogramm, die Arbeitskreis-Inhalte

Wir bieten 16 Arbeitskreise mit namhaften Referenten/innen. Nachfolgend eine kurze Erläuterung zu den einzelnen Arbeitskreisen:

### AK 1 - Dance-Project / Referentin: Petra Kraus

Tanzen wie die Stars auf MTV und VIVA. Leichte und verständliche Choreographien zu aktueller Musik werden in diesem Workshop zu einer kleinen Show zusammengefügt. Für ganz viel Spaß und Starfeeling ist gesorgt.

### AK 2 - Drums Alive® Power Beats / Referentinnen: Sharon Jackson und Frauke Winkler

Drums Alive® ist ein einzigartiges Fitness- und Wellness-Programm, das energiegeladenes Trommeln mit traditionellen Aerobic-Elementen verbindet und mit viel Spaß zu effektiven Fitnessresultaten führt! Drums Alive® steckt voller motivierender Musik und Trommelrhythmen und steigert die physische als auch die mentale Fitness.

### AK 3 - Brasil® Workout / Referentin: Anja Turleyski

Brasils - ein neues handliches Trainingsgerät, ein Tiefenmuskeltrainer für Ihre Gesundheit und Figur. In diesem Workshop zeigt Euch Anja, wie vielfältig die Brasils eingesetzt werden können. Die Brasils sind ein ideales Training für die Tiefenmuskulatur.

### AK 4 - Tai Chi Aerobic / Referentin: Andrea Flach-Meyerer

Tai-Chi-Aerobic ist ein ganzheitliches Bewegungsprogramm, in dessen Mittelpunkt die Balance von Körpers, Geist und Seele steht. Vorgestellt wird ein sanftes Fitnessprogramm in Kombination mit Entspannungsübungen aus Fernost.

### AK 5 - House - coole Moves, coole Musik / Referentin: Petra Kraus

Wir tanzen zu House-Musik und anderen aktuellen Musikrends. Wir fassen die neuesten Styles zu einer kleinen Show zusammen. Unser Prinzip: "learning by doing" - Unser Motto: Tanzen, Tanzen, Tanzen - Unsere Maxime: Fun, Fun und noch mehr Fun!

### AK 6 - Jump and Drum / Referentinnen: Sharon Jackson und Frauke Winkler

Springen und trommeln mit energiegeladenen Rhythmen. Ein ganzheitliches Workout für Körper, Geist und Seele. Eine neue Dimension im GroupFitness Training. Abbau von Stress und Aggressionen, Endorphine frei setzen und negative Gefühle loswerden!

### AK 7 - Kalorienbombe / Referentin: Anja Turleyski

Fettverbrennungspuls war gestern. Studien belegen, dass eine negative Energiebilanz nachhaltig Gewicht reduziert und Bewegung spielt dabei eine große Rolle. Wir werden schwitzen, schwitzen, schwitzen und viel Spaß haben. Ein Ausdauertraining mit intensiven/extensiven Intervallen erleben und Arbeit mit dem eigenen Körpergewicht kennen lernen.

### AK 8 - Fließende Gymnastik mit dem Theraband / Referentin: Andrea Flach-Meyerer

Lerne das Theraband von einer ganz anderen Seite kennen. Fließende und harmonische Übungen verbinden sich zu einem genussvollen Bewegungsprogramm. Ein Übungsangebot, welches in unterschiedlichen Trainingsstunden eingesetzt werden kann.

### **AK 9 - Total Body Conditioning / Referent: Jannie Lindeque**

2 Muskeltrainingskurse werden unterrichtet. Nach jedem Workout wird Stundenablauf, funktionelle und korrekte Exercisetechniken und mögliche Korrekturmöglichkeiten besprochen.

### **AK 10 - 3/4-Step / Referent: Adriano Valentini**

Step mal ganz anders... nicht im 4/4-Takt wie gewohnt, sondern im 3/4-Takt. Hierbei ergeben erstaunlich neue, kreative Schrittkombinationen - mit sehr viel Power und Dynamik - lasst Euch ein auf diese Herausforderung! Level: Mittelstufe

### **AK 11 - Krafttraining mit dem Theraband / Referentin: Anja Turleyski**

Die besten Theraband-Übungen Zug um Zug stärker mit dem Theraband für die gute Figur. Eine Workoutstunde mit dem kleinsten "Fitnessstudio der Welt".

### **AK 12 - Kleine YogafloWS / Referentin: Andrea Flach-Meyerer**

Harmonische Bewegungsverbindungen, durch den Atem gelenkt, fordern Konzentration und Körperwahrnehmung immer wieder neu heraus. Flows fördern die Bereitschaft, in sich hineinzuspüren und somit ins Gleichgewicht zu kommen.

### **AK 13 - Step-Combinations & -Variations 2011 / Referent: Jannie Lindeque**

Ein MUSS für alle "Step-Freaks". Neue Choreographien und Kombinationen. Es werden 2 Step- Unterrichtsstunden gegeben (1x Step Intermediate & 1x Step Advanced). Anschließend werden die Schrittkombinationen und unterschiedliche Aufbaumethoden besprochen.

### **AK 14 - Easy Aeobics / Referent: Adriano Valentini**

Einfache Schrittfolgen, welche trotzdem sehr abwechslungsreich und kreativ sind, werden Dich in dieser Aerobic-Stunde begeistern. Adriano zeigt Euch anhand von einfach umzusetzenden Variationen tolle Ideen für Einsteigerkurse. Level: Alle

### **AK 15 - Stretch + Relax / Referentin: Anja Turleyski**

Wir lassen den Tag gemeinsam ausklingen. Stretch + Relax - das Workout für Körper, Geist und Seele. Entspannungsübungen werden kombiniert mit Stretchübungen.

### **AK 16 - physyolates®Flow - starke Basis, bewegte Hüften/ Referent: Florian Kastell**

In diesem Workshop wird die Aufmerksamkeit besonders auf die untere Extremität gelenkt. Füße, Beine und Hüften werden in einem dynamischen Bewegungsablauf gestärkt und beweglicher gemacht. Die kraftvollen Sequenzen bringen Stabilität und Leichtigkeit. Der anschließende zweite Teil ist der Beweglichkeit der Hüfte gewidmet. In sich wiederholenden Abläufen wird auf die folgende Einheit vorbereitet, in der die Bewegungserweiterung im Vordergrund steht. Pilates und Yoga geben sich ohne klare Trennung die Hand und formen ein Gesamtkonzept, das den Teilnehmer durch 1,5 Stunden Dynamik trägt. Erfahrungen im Bereich Yoga/Pilates werden vorausgesetzt.

### **Unsere Referentinnen und Referenten: (alphabetische Reihenfolge)**

<b>Andrea Flach-Meyerer</b>	Gymnastiklehrerin, Pilates-Trainerin, Yogalehrerin
<b>Sharon Jackson</b>	Sportlehrerin, DSOB-Ausbilder-Zertifikat, DTB-Ausbilder-Diplom, TOGU-"BeComplete" Master Educator, Drums Alive® Trainer-Team
<b>Petra Kraus</b>	Aerobic-B- und A-Lizenz, Aerobic-Master-Lizenz, Tae Bo Diplom, DTB-DanceStar-Ausbilderin, Sportreferentin der Uni Siegen
<b>Florian Kastell</b>	selbständiger Physiotherapeut; er gehört zum Ausbildungsteam physyolates® und tanzt seit Jahren Jazz/Modern Dance und Ballett.
<b>Jannie Lindeque</b>	Aerobic-Master-Trainer, internationaler Presenter
<b>Anja Turleyski</b>	Wellness-Coach, Referentin des Deutschen Turner-Bundes
<b>Adriano Valentini</b>	Master-Trainer und Ausbilder für SAFS Beta
<b>Frauke Winkler</b>	Ausbildungsleiterin und Fachwartin GroupFitness und Aerobic beim WTB, DSOB-Ausbilder-Zertifikat, DTB-Ausbilder-Diplom, TOGU-"BeComplete" Master Educator, Drums Alive® Trainer-Team

**Lizenzverlängerung:** Die Teilnahme an der Convention wird zur Verlängerung der Übungsleiter-, Fach-Übungsleiter-, Trainer-C-Breitensport-Lizenz bzw. DTB-Aerobic-Trainer-Basic-Lizenz anerkannt (pro Arbeitskreis 2 UE). Alle Teilnehmer/innen erhalten eine Teilnahmeurkunde.

**Verpflegung/Getränke:** 1 Flasche Wasser und 1 Stück Obst pro Person wird vom Ausrichter in den einzelnen Hallen kostenfrei zur Verfügung gestellt. Ansonsten bitte selbst verpflegen!

### **Unser Angebot 2011 für Ihre Gesundheit!**

#### **Freizeiten:**

Fitness- und Wellnessfreizeit Mallorca 25.03.-01.04.2011  
Yoga- und Pilatesfreizeit Altenkirchen 02.-04.09.2011

#### **Wander- und Walkingspaß:**

Ratschings: 24.09.-01.10.2011  
Saastal/Schweiz: 25.06.-02.07.2011, 23.-30.07.2011, 10.-17.09.2011, 24.09.-01.10.2011

Fordern Sie unseren Flyer "Sport- und Fitnessreisen" an!

Weitere Informationen unter der Hotline 0261/135-152 oder per E-Mail: [tuju@tvm.org](mailto:tuju@tvm.org) bzw. im Internet: [www.tvm.org](http://www.tvm.org)

# Allgemeines Herz-Kreislauf-Training

## Allgemeines Herz-Kreislauf-Training

sonen) (Heilschlamm-Ganzkörpereinreibung im Kräuterdampfbad, Nutzung des Ruhe- Saunazentrums, Dach-Terrassenfreibad, Finnische Sauna, Bio-Kräutersauna, Asia Dampfbad, Kinesis-Fitness-Studio, Wellnessbar, (Ruheoasen). In dieser Zeit können Sie auch eigene Behandlungswünsche und Therapien genießen. Tip: Nach dem Rasulbad empfiehlt sich eine schöne Massage oder kosmetische Behandlung. Bitte unbedingt für eigene Therapien / Behandlungswünsche Termin mit der Wellness-Rezeption direkt vereinbaren (Tel: 06751/9339166). Diese Zusatzbehandlungen sind nicht im Preis enthalten und müssen extra bezahlt werden an der Wellness-Rezeption. (10 % Rabatt auf Einzelbehandlungen)

Teilnehmer: Alle Interessierten (ÖL erhalten 4 LE zur Lizenzverlängerung), Begrenzte Teilnehmerzahl

Leitung: Claudia Hoseus

Referentin: Claudia Hoseus

Meldeschluss: 30. September

Gebühr: 65,00 EUR Vereinszugehörige, 75,00 EUR ohne Vereinszugehörigkeit. Bei Absagen nach dem Meldeschluss muss für Ersatz gesorgt werden oder die Kosten gezahlt werden

Sonstiges: Bitte eigenen Bademantel und Handtücher sowie Badeutensilien mitbringen.

Mittagessen im Preis enthalten

Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: turngau-nahetal@tvm.org

### 5

#### RhTB Lehrtagung „Gesundheit Prävention“ (8 LE)

Diese Lehrtagung hat seit Jahren festen Bestandteil in unserer Planung. Es werden wieder die unterschiedlichsten Themeninhalte angeboten. Ein besonderer Blick gilt diesmal den aktuellen Trend-Themen wie Drums alive, Aroha, Fitnessstraining mit neuen Geräten z.B. Jumper. Auch für Stunden mit Itern und Hochaltrigen gibt es wieder interessante Arbeitskreise mit den Themen wie z.B. Streßbewältigung und Sturzprophylaxe. Die ausführliche Beschreibung der Arbeitskreise finden Sie auf unserer Homepage unter [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

Datum: 12. November

Zielgruppe: Alle Übungsleiter der 1. 2. Lizenzstufen

Zeit: 09.30 - 16.30 Uhr

Ort: Mainz

Referent: RhTB - Team

Meldeschluss: 15. Oktober

Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR

Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen, der 2. Liz. H B, der 2. Liz. H K und dem Pluspunkt Gesundheit anerkannt

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### 30

#### Aqua-Fitness - Anwendung verschiedener Geräte sowie Kleine Spiele im Wasser

Hanteln, Bälle, Stäbe ... - jedes Hilfsmittel für sich bietet eine Menge an Möglichkeiten, um Ihre Aquafitness-Stunde variantenreich immer wieder auf's Neue zu gestalten. Auch in der Kombination bieten diese Geräte einiges. Lasst Euch überraschen.

Spiele im Wasser - wie an Land, so lockern Spiele Ihre Stunden auf, bringen viel Spaß und das Training läuft praktisch „nebenbei“.

Datum: 20. Februar

Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (5 LE)

Ort: Koblenz oder nähere Umgebung

Referentin: Heike Hermes

Meldeschluss: 04. Februar

Gebühr: 22,00 EUR für GYM CARD-Inhaber /

25,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### 55

#### DTB-Special Cardio-Aktiv (8 LE)

Dieses Special dient der Einführung in das Kurskonzept Cardio-Aktiv. Dieses Kursprogramm zeichnet sich durch ein abwechslungsreiches Heranführen an ein Herz-Kreislauf-Training aus. Bewegungsformen wie Power-Walking und Walk-Aerobic sind Inhalte des Programms, welche die Kursteilnehmer/innen zu einer langfristigen Verhaltensänderung führen soll. Alle Teilnehmer/innen erhalten umfangreiches Kurs-Material, welches neben den Grundlagen des Herz-Kreislauf-Trainings auch Stundenbilder/ Unterrichtsmaterial für den Kursleiter, Teilnehmerunterlagen sowie Formularvordrucke zur Organisation/Umsetzung des Kurses und Kooperation mit den Krankenkassen erhält.

Datum: 28. August

Zielgruppe: 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention „allgemeine Prävention“ oder „Herz-Kreislauf-Training“

Zeit: 10.00 Uhr - 17.00 Uhr

Ort: Mainz

Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR

Meldeschluss: 31. Juli

Anerkennung: Verlängert mit 8 LE das Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit DTB“, 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“, „DTB-Trainer Wellness und Gesundheit“ „DTB-Trainer GeräteFitness“

Referent: Antje Hammes

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## Rope Skipping

### 3 Cardio-Fighting

Bei Cardio-Fighting handelt es sich um ein Workout im Bereich Ausdauertraining im 3/4-Takt mit einfachen Schlägen und Tritten. Hier wird gezeigt, wie Du ein wirksames Herz-Kreislauf-Training durchführen kannst.

Datum: 18. September  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Anja Turleyski  
Meldeschluss: 02. September  
Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber /  
35,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### 41 Aqua-Fitness mit Hilfsmitteln

In diesem Workshop arbeiten wir mit Poolnudeln, Aquadiscs, Aquagürtel und noch mehr. Mit Hilfe der Nudeln lassen sich Kraft, allgemeine Ausdauer und der Gleichgewichtssinn trainieren. Für die Aquadisc gilt: egal ob Seniorensportler oder Bodybuilder, Einsteiger oder Fortgeschrittene, die Aqua Disc wird jedem Anspruch gerecht und eignet sich ebenso hervorragend für flaches als auch für tiefes Wasser. Der Aquagürtel kommt nicht nur beim Aquajogging zu Einsatz. Er ist im Wasser die ideale Auftriebshilfe!

Datum: 06. November  
Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (5 LE)  
Ort: Koblenz oder nähere Umgebung  
Referentin: Rita Schröder-Doetsch  
Meldeschluss: 21. Oktober  
Gebühr: 22,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
25,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## Rope Skipping

### 918 Rope Skipping, Workshop für Anfänger und leicht Fortgeschrittene (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Erlernen von einfachen bis leicht fortgeschrittenen Tricks im Single-, Beaded-, Long-Rope und Double Dutch. Das heißt einfache bis Fortgeschrittene Sprünge im Einzelseil, Partnersprünge im Gliederseil und Sprünge im Langseil. Vorstellen von Einsteigerwettkämpfen

Datum: 22. Januar  
Zeit: 10.00 - 14.00 (5 LE)  
Ort: Bad Münster, Turnhalle Hauptschule  
Referent: Martina Stephan  
Meldeschluss: 09. Januar

Gebühr: Vereinsmitglieder 15,00 EUR, ohne 20,00 EUR  
Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: [turngau-nahetal@tvm.org](mailto:turngau-nahetal@tvm.org)

### 600 Einführung in das Rope Skipping

Im Vordergrund dieses Lehrganges steht die Einführung und methodisch-didaktische Vermittlung der Grundtechniken des Rope Skipings. Neben dem Speed Rope (Einzelseil), dem Beaded Rope (Gliederseil) wird das Double-Dutch (Seilpaar) eingesetzt.

Datum: 22. Januar  
Zeit: 14.00 - 18.00 Uhr (5 LE)  
Ort: Koblenz  
Referent: Dr. Michael Bieligg  
Meldeschluss: 07. Januar  
Gebühr: 13,50 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
15,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### 919 Rope Skipping, Workshop für weit Fortgeschrittene (Wettkampf) (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Es werden fortgeschrittene Sprünge/Tricks im Einzelseil vermittelt. Dabei wird auch auf wettkampfrelevante Themen wie das Erstellen einer Freestyle-Übung und Fitnessstraining (Speed, Double Under) eingegangen.

Datum: 05. Februar  
Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Idar-Oberstein, Stadttheater  
Referent: Team TV Oberstein  
Meldeschluss: 23. Januar  
Gebühr: Vereinsmitglieder 15,00 EUR, ohne 20,00 EUR  
Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: [turngau-nahetal@tvm.org](mailto:turngau-nahetal@tvm.org)

### 920 Rope Skipping, Chinese Wheel und Double Dutch (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Chinese Wheel, Double Dutch Verschiedenste Partner- und Gruppensprünge im Gliederseil, Tricks im Double Dutch, doppeltes Langseil. Bitte mit angeben auf welchem Stand ihr bei den Disziplinen seid, in Kirn die leicht Fortgeschrittenen.

Datum: 12. März  
Zeit: 10.00 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Kirn / Realschulturnhalle  
Referent: Sabrina Schindler  
Meldeschluss: 27. Februar

Gebühr: Vereinsmitglieder 12,00 EUR, ohne 16,00 EUR  
Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib,  
Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail:  
turngau-nahetal@tvm.org

## 921 Rope Skipping, Chinese Wheel und Double Dutch (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Chinese Wheel, Double Dutch Verschiedenste Partner- und Gruppen-  
sprünge im Gliederseil, Tricks im Double Dutch, doppeltes Langseil.  
Bitte mit angeben auf welchem Stand ihr bei den Disziplinen seit, in  
Idar-Oberstein die weit Fortgeschrittenen.

Datum: 12. März  
Zeit: 14.00 - 17.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Idar-Oberstein / Stadttheater  
Referent: Sabrina Schindler  
Meldeschluss: 27. Februar  
Gebühr: Vereinsmitglieder 12,00 EUR, ohne 16,00 EUR  
Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib,  
Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail:  
turngau-nahetal@tvm.org

## 922 Rope Skipping, Kampfrichterschulung E4 (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Kampfrichterschulung Prüfung, E4 Einsteigerwettkampf. Teilneh-  
mende Vereine am E4 Wettkampf müssen einen lizenzierten E4-  
Kampfrichter stellen, bei mehr als 7 TN zwei. Stellt der Verein keinen  
bzw. nicht genügend Kampfrichter, muss er für jeden nicht gemelde-  
ten 30,00 EUR bezahlen. Die Ausbildung kann als Fortbildung genutzt  
werden Die Fortbildung ist zur Erhaltung der Kari-Lizenz erforderlich.

Datum: 19. März  
Zeit: 10.00 - 15.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Stadttheater Idar-Oberstein  
Referent: Winfried Bauer  
Meldeschluss: 27. Februar  
Gebühr: Vereinsmitglieder 10,00 EUR  
Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib,  
Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail:  
turngau-nahetal@tvm.org

## 650 Die neuen Wettkampfbestimmungen und Kampfrichter- ausbildungen

Datum: 02. April  
Zeit: 14.00-18.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Steffi Iriohn  
Gebühr: GYM CARD Preis: 15,00 EUR Regulärer Preis: 20,00 EUR  
Anerkennung: wird mit 4 LE zur Verlängerung der 1.Lizenzstufen aner-  
kannt  
Meldeschluss: 25. März

Zielgruppe: Kampfrichter, Trainer, Interessierte  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 651 Trainee-Day Trainingscamp für Anfänger, bis ehemals CB- iveau (6 LE)

Neue Tricks für Aktive, Trainingsmethoden und Anregungen für  
Übungsleiter und Helfer

Datum: 03. April  
Zeit: 10.00-14.00 Uhr  
Ort: Mainz-Gonsenheim Kirchstrasse 45- 47  
55124 Mainz TGM- Halle  
Referent: Steffi Iriohn  
Gebühr: GYM CARD Preis: 15,00 EUR Regulärer Preis: 20,00 EUR  
Anerkennung: wird mit 6 LE zur Verlängerung der 1.Lizenzstufen aner-  
kannt  
Meldeschluss: 25. März  
Zielgruppe: Aktive oder Einsteiger aus den unteren Niveaugrup-  
pen, Übungsleiter und Helfer  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 923 Rope Skipping, Workshop für weit Fortgeschrittene (Wettkampf) (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Es werden fortgeschrittene Sprünge/Tricks im Einzelseil vermittelt.  
Dabei wird auch auf wettkampfrelevante Themen wie das Erstellen  
einer Freestyle-Übung und Fitnesstraining (Speed, Double Under) ein-  
gegangen.

Datum: 20. August  
Zeit: 10.00 - 13.45 Uhr (5 LE)  
Ort: Idar-Oberstein, Stadttheater  
Referent: Team Idar Oberstein  
Meldeschluss: 07. August  
Gebühr: Vereinsmitglieder 15,00 EUR, ohne 20,00 EUR  
Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib,  
Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail:  
turngau-nahetal@tvm.org

## 601 Rope Skipping für Fortgeschrittene

Inhalte dieses Workshops sind Erlernen neuer Skills im Single-Rope  
und das Zusammenstellen und Choreographieren von Freestyles für  
die Fortgeschrittenen-Wettkämpfe (E1/E2). Auch für Springer/innen  
des E3-Wettkampfes ist diese Fortbildung empfehlenswert. Mitzubrin-  
gen: Single Ropes, alle Arten von Speed-Seilen

Datum: 27. August  
Zeit: 14.00 - 18.00 Uhr (5 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Leonie Kossmann und Venja Schlottau (mehrfache DM-  
Teilnehmerinnen des TVM)  
Meldeschluss: 12. August

Gebühr: 13,50 EUR für GYM CARD-Inhaber /  
15,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 924 Rope Skipping, Herbstcamp (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Es werden fortgeschrittene Tricks im Einzelseil und Tricks von leichter bis fortgeschrittener Schwierigkeit im Double Dutch vermittelt. Dabei wird auch auf wettkampfrelevante Themen wie das Erstellen einer Freestyle-Übung und Fitnesstraining (Speed, Double Under) eingegangen.

Datum: 01./02. Oktober

Zeit: Sa. 09.00 - 18.00 Uhr, So. 09.00 - 16.00 Uhr

Ort: LLZ Niederwörresbach

Referent: Ellen Pawlowski / Team

Meldeschluss: 11. September

Gebühr: Vereinsmitglieder 30,00 EUR, ohne 40,00 EUR

Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: [turngau-nahetal@tvm.org](mailto:turngau-nahetal@tvm.org)

## 925 Rope Skipping, Workshop für Anfänger und leicht Fortgeschrittene (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Erlernen von einfachen bis leicht fortgeschrittenen Tricks im Single-, Beaded-, Long-Rope und Double Dutch. Das heißt einfache bis Fortgeschrittene Sprünge im Einzelseil, Partnersprünge im Gliederseil und Sprünge im Langseil. Vorstellen von Einsteigerwettkämpfen

Datum: 29. Oktober

Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (5 LE)

Ort: Bad Münster, Turnhalle Hauptschule

Referent: Martina Stephan

Meldeschluss: 16. Oktober

Gebühr: Vereinsmitglieder 15,00 EUR, ohne 20,00 EUR

Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: [turngau-nahetal@tvm.org](mailto:turngau-nahetal@tvm.org)

## Veranstaltungen

### Mittelrheinische und Pfälzische Meisterschaften im Team-Wettkampf Rope Skipping T2

Termin: 06. Februar

Zeitplan: ab 09.30 Uhr Einspringen  
10.00 Uhr Kampfrichterbesprechung  
10.15 Uhr Einlaufen der Mannschaften und Begrüßung  
10.30 Uhr Wettkampfbeginn

Ort: Mikadohalle, Vollmersbacherstr. 70,  
55743 Idar-Oberstein

Veranstalter: Turnverband Mittelrhein

Ausrichter: TV Oberstein

Ausschreibung: Die Ausschreibung erfolgt nach dem DTB Aufgabenbuch Broschüre 7- Rope Skipping (inklusive aller Ergänzungen)

Mannschaftswettkampf T2 (Meisterschaftswettkampf)

- SR Speed Double Under Relay (4 x 30 s)
- Single Rope Pair Freestyle
- Single Rope Team Freestyles (max. von 4 Teammitgliedern)
- Double Dutch Speed Relay (4 x 45 s)
- Double Dutch Single Freestyle
- Double Dutch Pair Freestyle

Altersklassen: Es können Mädchen-, Jungen- und Openteams starten

AK III Jugend 12-14 Jahrgang 1999 - 1997

AK II Jugend 15-17 Jahrgang 1996 - 1994

AK I Erwachsene Jahrgang 1993 u. älter

Die SkipperInnen können generell ausgehend von ihrer AK nur eine AK höher starten.

Bedingungen: Alle Startpässe müssen der Wettkampfleitung rechtzeitig vor Wettkampfbeginn vorliegen. Je Team muss ein lizenziertes Kampfrichter (B2 / B1-Lizenz) namentlich gemeldet werden. Wird dies nicht erfüllt oder sind insgesamt zu wenige Kampfrichter vorhanden, sind die Kosten für die entsprechende Anzahl an Ersatzkampfrichtern zu tragen. Änderungen behält sich die Wettkampfleitung vor.

Auszeichnungen: Die jeweils Erst- bis Drittplazierten erhalten die Meisterschaftsmedaille. Alle Teams erhalten zusätzlich eine Urkunde.

Meldeschluss: 12. Januar

Meldegeld: 3,00 EUR je teilnehmendes Teammitglied

Meldung: schriftlich (vorzugsweise per Mail) an Joachim Kossmann, Ferdinand-Schmitz-Str. 20, 56598 Rheinbrohl, Fax: 02635/4305, [joachimkossmann@t-online.de](mailto:joachimkossmann@t-online.de) und [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### Offene Gaumeisterschaften Turngau-Nahetal im Wettkampf E4 in Verbindung mit skip with friends des TuS Mackenrodt 1910/21

Datum: Sonntag, 10. April

Zeit: ab 09.00 Uhr Hallenöffnung und Einspringen  
09.30 Uhr Kampfrichterbesprechung  
10.00 Uhr Wettkampfbeginn

Ort: Sportzentrum Niederwörresbach

Ausrichter: TuS Mackenrodt 1910/21

Veranstalter: Turngau Nahetal und TuS Mackenrodt 1910/21

Meldeschluss: 30. März

Meldungen: Per Mail und Exceltable an [Roland-Veitsrodt@t-online.de](mailto:Roland-Veitsrodt@t-online.de)  
Inhalt der Meldung (Reihenfolge Exceltable): Namen der Teilnehmer, Geburtstag, Verein, Namen der Kampfrichter mit Angabe der vorhandenen Lizenz

Teilnahmeberechtigt:

Alle Springer, die noch bei keinem E4-Wettkampf oder

höherwertigem Wettkampf gestartet sind oder bei einem E4-Wettkampf nicht mehr als 330 Punkte erreicht haben.

- Disziplinen:** Speed 30 Sekunden  
 Criss Cross 30 Sekunden  
 Speed 60 Sekunden  
 Compulsory (Pflichtkür) mit folgenden Elementen (Reihenfolge)  
 - 4 Side Straddle  
 - 2 Criss-Cross  
 - 1/2 Drehung  
 - 2 Grundsprung rückwärts  
 - 1/2 Drehung  
 - 2 SideSwinCrissCross  
 - 4 CanCan  
 - 2 DoubleUnder
- Altersgruppen:** Altersklasse V 6 - 8 Jahre alt (Jahrgänge 2003 - 2005)  
 Altersklasse IV 9 - 11 Jahre alt (Jahrgänge 2000 - 2002)  
 Altersklasse III (open) 12 - 14 Jahre alt (Jahrgänge 1999 älter)
- Startgeld:** 3,50 EUR pro Teilnehmer zu zahlen vor dem Wettkampf vor Ort, bar (auch zu zahlen, sofern gemeldete Teilnehmer der Veranstaltung fern bleiben)
- Kampfrichter:** Jeder teilnehmende Verein muss je angefangene 8 Starter einen lizenzierten E4-Kampfrichter stellen. Sofern die Quote nicht erreicht wird, ist der teilnehmende Verein verpflichtet, dies den Veranstaltern frühzeitig (spätestens 8 Tage vor der Veranstaltung) mitzuteilen, damit weitere Kampfrichter verpflichtet werden können. Die dadurch hervorgerufenen Kosten je fehlenden Kampfrichter 30,00 EUR sind von dem teilnehmenden Verein zu zahlen.
- Kampfrichterschulungen:**  
 siehe Homepage [www.Turngau-Nahetal.de](http://www.Turngau-Nahetal.de)
- Preise für die Starter:**  
 Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde (mit ihrer Punktzahl und der Platzierung in ihrer Altersgruppe.) und eine Medaille. Die drei Erstplatzierten (in der jeweiligen Altersgruppe) erhalten eine Zusatzauszeichnung von skip with friends. Der Verein mit dem punktbesten Springer der Veranstaltung erhält den Edelstein-Wanderpokal von skip with friends bis zur nächstjährigen Veranstaltung.

Qualifikation für die E4 – TVM – Meisterschaften

Für diese Veranstaltung qualifizieren sich folgende Springerinnen und Springer aus dem Turngau Nahetal:

**Altersklassen I - III:** Die ersten drei Sieger aus jeder Altersgruppe.

Außerdem sind für die TVM-Meisterschaften qualifiziert: Die 15 besten Springer jeder Altersklasse nach dem Ranking aller im Turnverband Mittelrhein ausgetragenen Qualifikationswettkämpfe.

Martina Stephan  
 (Fachwartin rope-skiipping)  
 für den Turngau-Nahetal

Thomas Roland  
 (Abteilungsleiter)  
 für den TuS Mackenrodt 1910/21

## TVM-Meisterschaft im Einzel- und Mannschaftswettkampf (E4, E3 und T3)

- Termin:** 14. Mai  
**Uhrzeit:** ab 10.00 Uhr: Einspringen  
 10.30 Uhr: Kampfrichterbesprechung  
 11.00 Uhr: Wettkampfbeginn
- Ort:** Sporthalle der Römerwallschule Rheinbrohl  
**Veranstalter:** Turnverband Mittelrhein  
**Ausrichter:** TV Rheinbrohl  
**Ausschreibung:** E4, E3 und T3  
**Meldeschluss:** 02. Mai  
**Meldegebühr:** 5,00 EUR pro Einzelstarter (E4 und E3)  
 10,00 EUR pro Mannschaftsteam (T3)
- Meldung:** an Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz, Fax: 0261-135159, E-Mail: [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org) und an [joachimkossmann@t-online.de](mailto:joachimkossmann@t-online.de)
- Kampfrichter:** Jeder teilnehmende Verein muss für gemeldete Springer mindestens einen lizenzierten Kampfrichter stellen, der die notwendige Lizenz besitzt, bei mehr als sieben Teilnehmern zwei. Stellt der Verein keinen bzw. nicht genügend Kampfrichter, muss er für jeden nicht gemeldeten Kampfrichter 30 Euro bezahlen.

### Teilnahmekriterien:

Im Vorfeld finden in den Turngauen offene E4-Meisterschaften statt, die als Qualifikationswettkämpfe für die TVM-Meisterschaften anzusehen sind. Alle E4-Skipper sollten an einem dieser Wettkämpfe teilnehmen, und sich so für die TVM-Meisterschaft qualifizieren. Die Ausschreibungen erfolgen über die Ausrichter. Folgende Springerinnen und Springer sind für die TVM-Meisterschaft qualifiziert: AK III-V: Die ersten drei Sieger der jeweiligen Gaumeisterschaft.

Außerdem sind für die TVM-Meisterschaft qualifiziert:

Die 15 besten Springer jeder Altersklasse nach einem Ranking aller im TVM ausgetragenen Qualifikationswettkämpfe. Die Wettkampfleitung behält sich vor, bei zu niedriger Teilnehmerzahl in einzelnen Altersklassen, diese mit anderen zusammengelegt werden. Dies gilt insbesondere für den Teamwettkampf.

Folgende Rope Skipper dürfen nicht mehr an dem E4-Einzelwettkampf teilnehmen: Alle Springerinnen und Springer, die in einer Gau- oder Verbandsmeisterschaft (AK I-V) mehr als 330 Punkte erreicht haben, dürfen ab dem darauf folgenden Jahr nicht mehr in einem E4-Wettkampf starten. Es ist zu empfehlen diese Springerinnen und Springer auf den E3- oder E2-Wettkampf vorzubereiten.

Folgende Rope Skipper dürfen nicht mehr an dem E3-Einzelwettkampf teilnehmen: Alle Springerinnen und Springer, die in einer Meisterschaft den E1- oder E2-Wettkampf gesprungen sind, dürfen nicht mehr in einem E3-Wettkampf starten.

### Alterseinteilung für alle Wettkämpfe

- AK V 6 – 8 Jahre, Jg. 2003 - 2005  
 AK IV 9 – 11 Jahre, Jg. 2000 - 2002  
 AK III 12 Jahre und älter, Jg. 1999 und älter

Bei Teamwettkämpfen zählt das Alter des ältesten Teilnehmers.

### 4. Edelsteinkidscup

Datum: 21. Mai  
Zeitplan: 09.00 Uhr Hallenöffnung und Einspringen  
09.30 Uhr Kari-Besprechung  
10.00 Uhr Wettkampfbeginn  
Ort: 55743 Idar-Oberstein, Mikadohalle, Vollmersbachstr.  
Veranstalter: Turngau Nahetal und TV 1848 Oberstein e.V.  
Ausrichter: Förderverein Nachwuchs TV 1848 Oberstein e.V.

#### E3 Wettkampf AK III, IV, V

Wettkampf E 3 AK 3, AK 4 und AK 5 jeweils männlich u. weiblich  
Wettkampfleitung Stephanie und Bernd Pohl  
Wettkampfbedingungen E3 Speed 30 Sek.  
Double Under 30 Sek.  
Speedausdauer 120 Sek.  
Freestyle (mit Musik) 45 -75 Sek.

Teilnahmeberechtigt sind alle Skipper die in den letzten 12 Monaten nicht an einer Deutschen Einzelmeisterschaft teilgenommen haben oder noch am diesjährigen Bundesfinale teilnehmen werden!!!!

Kampfrichter: Je 5 gemeldete Skipper ist ein Kampfrichter mit entsprechender Qualifikation zu melden. Der Einsatz erfolgt durch die Wettkampfleitung.

Preise: Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde und eine Teilnehmerplakette. Die ersten drei einer jeweiligen Alterklasse erhalten einen regionalen Sonderpreis. Die/der Punktbeste erhält den Wanderpokal.

Meldeschluss: 29. April

Startgebühr: 4,00 EUR je Skipper  
Wir bitten diese auf das Konto des „Förderverein Nachwuchs TV 1848 Oberstein e.V.“ Nr. 6733310, BLZ 560 614 72 bei der Volksbank Hunsrück-Nahe eG mit dem Vermerk „Startgebühr „Vereinsname“ Edelsteinkidscup 10“ zu überweisen. Bei Nichtantritt erfolgt keine Rückerstattung des Startgeldes.

Meldungen an: Bernd Pohl, Auf der Platte 11, 55743 Idar-Oberstein,  
E-Mail b-pohl@t-online.de, T 06781-23399

### 11. Rhein Hessische und mittelrheinische Rope Skipping Meisterschaften

Termin: Sonntag, 30. Oktober  
Zeitplan: ab 10.00 Uhr: Einspringen  
10.30 Uhr: Kampfrichterbesprechung  
11.00 Uhr: Wettkampfbeginn  
Ort: Fritz-Strassmann-Schule Mainz-Hechtsheim  
Veranstalter: Rhein Hessischer Turnerbund  
Ausrichter: TGM 1861 e.V. Mainz- Gonsenheim  
Ausschreibung: E1 (Qualifikation zur DEM 2012) und E2  
Teilnehmer: Altersklassen I-V  
Disziplinen: Einzelwettkampf E1  
Speed: 30sec.  
Speed: 180sec.  
Triple Under

Freestyle: (45 – 75 Sekunden, muss mit Musik ausgeführt werden)

Einzelwettkampf E2:  
Vier verpflichtende Einzeldisziplinen:

Speed: 30sec.

Double Under: 30sec.

Speed: 180sec.

Freestyle: (45 – 75 Sekunden, muss mit Musik ausgeführt werden)

Alterseinteilung: für alle Wettkämpfe

Da es sich um Qualifikationswettkämpfe für die Wettkämpfe auf Bundesebene des nächsten Jahres handelt, gelten bereits die Altersklassen des Jahres 2012:

AK V 6 – 8 Jahre, Jg. 2006 -2004

AK IV 9 – 11 Jahre, Jg. 2003-2001

AK III 12 – 14 Jahre, Jg. 2000-1998

AK II 15 – 17 Jahre, Jg. 1997 - 1995

AK I 18 Jahre und älter, Jg. 1994 und älter

Meldeschluss: 09. Oktober

Meldungen: schriftlich an Rhein Hessischer Turnerbund  
Jahnstrasse 4 55124 Mainz Tel: 06131/ 94170  
Fax: 06131/941717 E-Mail: info@rhtb.org

Startgeld: Je Teilnehmer 8,00 EUR, auch bei Nichtantritt ist das Startgeld zu bezahlen.

Bedingungen: E2 pro 5 Teilnehmer ein lizenziertes B-Kampfrichter stellt der Verein keinen bzw. zu wenige, wird eine Gebühr von 30,-EUR für jeden fehlenden Kampfrichter verlangt.

E1 pro 3 Teilnehmer einen A1 lizenzierten Kampfrichter – fehlende Kampfrichter werden durch Kampfrichter aus anderen Verbänden ersetzt. Die entstehenden Kosten werden auf die gemeldeten E1 Springer umgelegt.

## Aerobic

### 500

#### Rund um das Step - Step by Step - und Kräftigung

Dieser Halbtagesworkshop vermittelt sowohl Aufbaumethoden und Step-Variationen als auch eine Kräftigungseinheit mit und um das Step. Durch den Einsatz von Step, Matte und Hantel werden neben den Hauptmuskelgruppen die Körpermitte und die Stabilität trainiert. Für alle Trainer und Trainierende, die in Sachen Step und Funktionelles Training neue Herausforderungen suchen.

Datum: 05. Februar

Zeit: 14.00 - 17.30 Uhr (4 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Kristin Aurisch

Meldeschluss: 21. Januar

Gebühr: 18,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
20,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, ausbildung@tvm.org

## 501 Step- and Toning-Ideas

Adriano zeigt Euch anhand von zwei Step-Masterclasses, wie man mit geschickten Aufbaumethoden eine Step-Choreo einfach nachvollziehbar und absolut symmetrisch aufbaut. Vor allem verschiedene Schneidetechniken und Verschiebungen bringen jede Menge Spaß und Spannung in den Aufbau. Außerdem erhaltet Ihr eine Menge neuer Ideen und Impulse für Eure Kurse. Des Weiteren zeigt Euch Adriano, wie man mit einfachen Hilfsmitteln eine Toning-Stunde sinnvoll und kreativ gestalten kann.

Voraussetzung: Fortgeschritten am Step

Datum: 20. März

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Koblenz

Referent: Adriano Valentini

Meldeschluss: 04. März

Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber /  
35,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 502 Aerobic meets Dance

Erlebe einen Tag geballt mit Spaß, vielen neuen Ideen und Anregungen für deine Dance-Aerobic Stunden. Durch die Kombination von klassischen Aerobic-Schritten, Dance-Elementen und fetziger Musik entstehen Deine Choreographien, die in einem tollen Finale enden. Am Ende des Tages zeige ich Dir, wie Du auch Dein Cool-Down zu einem Highlight machen kannst.

Datum: 09. April

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Koblenz

Referentin: Heike Meidinger

Meldeschluss: 25. März

Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber /  
35,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 503 Step-Combinations und -Variations 2011

Ein Muss für alle „Step-Freaks“. Neue Choreographien und Kombinationen. Es werden zwei Step-Unterrichtsstunden gegeben (1 x Step-Intermediate und 1 x Step-advanced). Anschließend werden die Schrittkombinationen und unterschiedliche Aufbaumethoden besprochen.

Datum: 07. Mai

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Koblenz

Referent: Jannie Lindeque

Meldeschluss: 21. April

Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber /  
35,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## 550 RhTB Tagesspecial Aerobic Step Aerobic mit Steffi Selz (8 LE)

### Block 1 Vormittag

Dance Sensation: Die Verbindung von Aerobic und Tanz wird Dich begeistern und ins Schwitzen bringen. Erlebe verschiedene Stile und hab eine Menge Spaß dabei. Let's dance!

### Block 2 Nachmittag

Step Fantasies: Fantasievolle Schrittkombinationen und viel Spaß am Step. Viele Ideen und Anregungen für neue Schrittfolgen. Ein logischer Aufbau wird Dich sicher folgen lassen.

### Die Angebote können auch jeweils einzeln gebucht werden!

Zielgruppe: Aerobic und Step-Aerobic Trainer/ Übungsleiter

Datum: 10. September

Zeit: Block 1: 10.00 - 13.15 Uhr Block 2: 13.45 - 17.00 Uhr

Ort: Mainz

Referent: Steffi Selz

Gebühr: GYM CARD Preis: Ein Block 18,00 EUR /  
Zwei Blöcke 30,00 EUR  
Regulärer Preis: Ein Block 23,00 EUR /  
Zwei Blöcke 35,00 EUR

Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen und der DTB Aerobic bzw. Step Trainer mit 4 LE anerkannt

Meldeschluss: 19. August

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

## 504 Easy Mi®

Kurse auf einfachem Niveau spannend und abwechslungsreich zu gestalten, ist gar nicht so einfach. Einerseits möchte man die Teilnehmer nicht überfordern, andererseits sollen die Kurse auch nicht langweilig werden. Ihr sucht neue, jedoch einfache Ideen für Eure Aerobic-, Step- und BBP-Kurse? Dann seid Ihr in diesem Praxis-Workshop genau richtig. Adriano zeigt Euch, wie man Kurse ohne schwierige Choreographien kreativ gestalten und sinnvoll aufbauen kann. Durch die Variation durch Musik, die Stellung des Steps oder geschickte Aufbaumethoden kommen ganz neue Impulse in Eure Kurse. Anhand von vielen Praxisbeispielen mit anschließender Besprechung von Aufbau und Choreographie werdet Ihr viele „easy“ umzusetzende Ideen mit nach Hause nehmen und Eure Kursteilnehmer begeistern!

Voraussetzung: Grundschr. Aerobic und Step

Datum: 16. Oktober

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)

Ort: Koblenz

Referent: Adriano Valentini

Meldeschluss: 30. September

Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber /  
35,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## Entspannung

61

### DTB Tagesspecial „BodyMind Dreams“ (8 LE)

Wellness und Gesundheit zählen zu den Kernbotschaften der heutigen Zeit und sind daher für alle Übungsleiter/Innen wichtiger denn je. Dieses Special entführt Sie in drei unterschiedliche Welten ARHOHA, INDIAN BALANCE und YOGAdance, welche ein enormes Potenzial an Kraft, Ruhe und Leidenschaft in sich bergen.

Datum: 27. Februar  
Zielgruppe: Alle Übungsleiter Aerobic, Fitness, Gesundheitssport  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Nina Klinkenberg  
Meldeschluss: 30. Januar  
Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR  
Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen, Pluspunkt Gesundheit, des DTB-Aerobic/Step- Trainer Basic, DTB Trainer GroupFitness und des DTB-Rückentrainer anerkannt.

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

60

### Qi Gong der Vierjahreszeiten „Frühling“ (15 LE)

In dieser Fortbildung werden die stehenden und sitzenden Bewegungen aus dem Qi Gong der Vierjahreszeiten „Frühling“ sowie eine Einheit aus der Qi Akupressur Frühling vorgestellt.

Datum: 12./13. März  
Zielgruppe: Anfänger und Fortgeschrittene aus den Bereichen Qi Gong, Tai Chi  
Zeit: Sa: 09.00 – 18.00 Uhr  
So: 09.00 – 13.30 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Regina Braß  
Gebühr: GYM CARD Preis: 70,00 EUR Regulärer Preis: 80,00 EUR  
Meldeschluss: 21. Februar  
Anerkennung: Wird mit 15 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen 2. Lizenzstufe Haltung und Bewegung und Entspannung anerkannt

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

926

### Frauen-Forum in Bad Münster-Ebernburg (Fortbildung des Turngaues Nahetal)

Wechseljahre 1. Yoga in den Wechseljahren: Erlernen eines Kurzprogramms für den Eigenbedarf, 2. Wechseljahre: Einblicke und Möglichkeiten aus der Homöopathie, 3. Beckenboden - einfache Übungen zur Stärkung des Beckenbodens, 4. Yoga/Meditation - Einführung, ideal zum Entspannen und Aufladen mit neuer Kraft

Datum: 19. März  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Bad Münster-Ebernburg  
Referent: Claudia Hoseus, Dorothea Weyand (Heilpraktikerin)

Meldeschluss: 05. März

Gebühr: 20,00 EUR Vereinszugehörige,  
24,00 EUR ohne Vereinszugehörigkeit

Meldung an die Geschäftsstelle Turngau Nahetal, Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625, Fax 06755/969669, E-Mail: [turngau-nahetal@tvm.org](mailto:turngau-nahetal@tvm.org)

32

### Die 15 Ausdrucksformen des Taiji Qigong

Einführung Theorie - didaktische und methodische Besonderheiten - 6 Schlüsselpunkte der Qigong-Praxis - Übungen in Ruhe - im Sitzen - im Stehen und in verschiedenen Gruppengrößen. Dies sind die Inhalt dieser zweitägigen Fortbildungsmaßnahme.

Datum: 26./27. März  
Zeit: Sa. 09.00 - 18.00 Uhr, So. 09.00 - 14.00 Uhr (15 LE)  
Ort: Koblenz  
Referent: Alois Anselment  
Meldeschluss: 11. März  
Gebühr: 65,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
75,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

63

### „Ein Tag mit Tai Chi und Qigong - Heilsame Bewegung aus dem Reich der Mitte“ (8 LE)

Jeder hat sie schon gesehen, die geheimnisvollen Übungen Menschen, die sich sanft und fließend wie zu einer ruhigen Melodie bewegen, scheinbar schwerelos... Das Interesse an den jahrhundertealten Bewegungen, die sich an den Kampfkünsten orientieren, ist groß. Aber was ist das eigentlich, dieses Qigong? Und worin unterscheidet es sich vom Tai Chi? Was verbindet? Auf diese Fragen und einige mehr will dieser Aktionstag Antworten geben. Lehrer des Vereins „Weisser Kranich - Freunde des Taiji, Qigong und Wushu e.V.“ geben Einblick in verschiedene Formen des Tai Chi und Qigong - z.B. Bewegungen vom Ursprung aus den Bergen von Wudang, neuere Entwicklungen des Laoshan-Zentrums sowie traditionelle Schulen werden vorgestellt.

Datum: 22. Mai  
Zielgruppe: Alle Übungsleiter Fitness, Gesundheitssport  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Referenten Team „Weisser Kranich“  
Meldeschluss: 24. April  
Gebühr: GYM CARD Preis: 30,00 EUR Regulärer Preis: 35,00 EUR  
Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen, Pluspunkt Gesundheit anerkannt.

Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

62

### RhTB Top Tagesspecial Yoga mit Yogi Hyoung Ho Kim (8 LE)

Vormittags: Shift your Mind

Unser Geist kann uns beflügeln, aber auch einschränken. Lerne, wie Du Deinen Geist verstehen und transformieren kannst, so dass er Dich erhebt. Es ist nicht nur eine Chance, es ist ebenso unsere Pflicht, unser Potential voll zu leben, denn deshalb sind wir auf dieser Erde, um unsere Talente in die Gemeinschaft einzubringen. Oft hindert uns das Denken, einen Schritt weiterzugehen und Grenzen zu erweitern. Yoga gibt uns fantastische Möglichkeiten, in uns hinein zu blicken und uns selbst zu verstehen. Ergreife die Möglichkeit und wachse sowohl körperlich als auch mental über Dich hinaus - denn Du bist mehr als Du denkst!

#### **achmittags: InsideFlow**

Alles ist im Fluss mit der Musik! Dein Körper, Dein Herz – Dein Yoga. Anmutig fließt Du in dieser Workshopsession von einer Yogaübung (Asana) zur nächsten, die Musik trägt Dich dabei weit über Deine Vorstellung hinaus und Deine Yogapraxis wird zu einem meditativen und schweißtreibenden Tanz mit Dir selbst.

Datum: 13. August  
Zielgruppe: Alle Übungsleiter  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Referent: Young Ho Kim  
Meldeschluss: 18. Juli  
Gebühr: GYM CARD Preis: 50,00 EUR Regulärer Preis: 70,00 EUR  
Anerkennung: Wird mit 8 LE zur Verlängerung aller 1. Lizenzstufen, Pluspunkt Gesundheit anerkannt  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### **38**

#### **Work-Life-Balance - Aktiv werden gegen Stress und Burnout**

Hinter diesem Titel verbirgt sich mehr als die Balance zwischen Beruf und Freizeit. Zu den elementaren Lebensbereichen gehören auch Persönlichkeit und Sinn sowie Körper und Gesundheit. Das Ziel dieses Workshops ist es, Techniken und Strategien zu erleben, die diese Bereiche in eine sinnvolle Balance bringen können. Alle vier Bereiche werden beleuchtet und Motiv, Bedürfnisse und Wünsche erlebbar gemacht. Somit kann der Teilnehmer erleben, wie seine derzeitige individuelle Balance aussieht und wie er aktiv darauf einwirken kann. Eine wunderbare Möglichkeit, Stress und Burnout gegenzusteuern

Datum: 24. September  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Anne Pröll  
Meldeschluss: 09. September  
Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber /  
35,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### **39**

#### **Effektive Workout-übungen für Rücken/BBP/Bodystyling und Stressbewältigung für Trainer**

In diesem Workshop werden wir unterschiedliche Modellstunden im Bereich Workout durchführen. Dabei werden wir die Muskelkraftaus-

dauer effektiv trainieren und einzelne Übungen unter die Lupe nehmen. Im 2. Schwerpunkt geht es darum, Stresssituationen im Unterricht zu erkennen und aktiv anzugehen. Dabei spielt auch der Umgang mit schwierigen Teilnehmern/innen eine Rolle, damit Du als Trainer/ in dauerhaft motiviert bist, souverän auftrittst und Dich positiv weiterentwickelst.

Datum: 25. September  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Anne Pröll  
Meldeschluss: 09. September  
Gebühr: 31,50 EUR für Gymcard-Inhaber /  
35,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### **40**

#### **Body-and-Mind-Tag**

Dieser Halbtagesworkshop thematisiert die Kräftigung, Mobilisation, Stabilisierung und die Dehnung der großen Muskelgruppen. Kursinhalte sind Sensomotorik, Haltungsschulung, Rotationsübungen und Dehnübungen (unter Berücksichtigung von Krankheitsbildern). Die Stunden sind mit Longe-Musik unterlegt, so dass der Kopf entspannen und Du genießen kannst. Hier bekommst Du neuen Input für Deine Rücken-, Pilates- und Stretching-Kurse.

Datum: 29. Oktober  
Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (5 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Kristin Aurisch  
Meldeschluss: 14. Oktober  
Gebühr: 22,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
25,00 EUR reguläre Gebühr  
Schriftliche Meldung ggf. mit GYM CARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

### **92**

#### **Workshop „Entspannungsmethoden“ (Fortbildung des Turngau Hunsrück)**

1. Teil: Klassische westliche Methoden: Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Fantasiereisen
2. Teil: stliche Methoden: Taiqi, Meditation, Klangschalen

Datum: 12. November  
Zeit: 09.30 - 13.00 Uhr (4 LE)  
Ort: Kastellaun, Turnhalle  
Leitung: Ute Link  
Lehrwart: Nicole Theisen  
Meldeschluss: 03. November  
Meldegebühr: 15,00 EUR  
Wichtiges: Bitte Decke und kleines Kissen mitbringen.  
Meldung an den Turngau Hunsrück, E-Mail [info@tg-hunsrueck.de](mailto:info@tg-hunsrueck.de), Informationen unter T 06763-543773

# Turnen der · Iteren Wandern



## Turnen der · Iteren

430

### Brain-Fitness - Mit Köpfchen in Bewegung

In unserer leistungsbezogenen Gesellschaft ist geistige Fitness ein aktuelles Thema - gerade für Itere. Die Menschen werden immer älter und möchten sich hohe Lebensqualität lange erhalten. Dazu ist ein gewisses Maß an Kompetenz und Selbstständigkeit unerlässlich. „Bewegtes Gedächtnistraining“ - das Thema dieser Fortbildungsmaßnahme.

Datum: 02. April  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Panja Wernz  
Meldeschluss: 18. März  
Gebühr: 27,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYMCARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

431

### Koordinationstraining - Mit allen Sinnen

Besser orientieren - schneller reagieren - sicher stehen und gehen. Wer einmal versucht, auf einem Bein zu stehen und mit dem freien Bein einen Kreis zu beschreiben, wird mit der Ausführung dieser Bewegung kaum größere Schwierigkeiten haben. Noch leichter fällt es wahrscheinlich, einen Arm auf und ab zu bewegen. Sollen wir aber beide Bewegungen zur gleichen Zeit und über Kreuz ausführen, dann stellen wir rasch fest, dass uns die Bewältigung dieser Doppelaufgabe nicht auf Anhieb gelingt. Wir müssten wohl längere Zeit üben, bis wir dieses Kunststück anderen vorführen könnten und dies, obwohl es uns an Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer keineswegs mangelt.

Datum: 15. Oktober  
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Ort: Koblenz  
Referentin: Panja Wernz  
Meldeschluss: 30. September  
Gebühr: 27,00 EUR für Gymcard-Inhaber /  
30,00 EUR reguläre Gebühr

Schriftliche Meldung ggf. mit GYMCARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## Wandern

### Lehrarbeit

#### Basislehrgang Wandern 2. Teil

Datum: 08.-10. April  
Ort: n.n.  
Zeit: Freitag, 16.30 Uhr, bis Sonntag, gegen 16.00 Uhr  
Themen: u. a. Planung und Durchführung von Ein- und Mehrtagswanderungen, Digitale Karten, GPS, Natur- und Umweltschutz. Wandern mit Kindern und Jugendlichen  
Leitung: Erich Haag

Meldeschluss: 25. Februar

Gebühr: 30,00 EUR für GYMCARD-Inhaber,  
35,00 EUR reguläre Gebühr  
jeweils zuzüglich Kosten für Übernachtung

Sonstiges: wird mit 15 LE zur Verlängerung der ÜL-Lizenz Wandern anerkannt

Schriftliche Meldung ggf. mit GYMCARD-Nummer an den Turnverband Mittelrhein, [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org)

## Veranstaltungen

### RhTB-Jahrestagung Wandern

Datum: 12. März  
Zeit: 10.00 Uhr  
Ort: TSG Pfeddersheim, Uferstr., 67551 Worms-Pfeddersheim  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### „Rhein Hessen erwandern“ 'ellertal-Ost

Datum: 17. April  
Zeit: 10.30 Uhr  
Treffpunkt: 67590 Monsheim, Bahnhof  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

### Verbandswandertag

Datum: 22. Mai  
Ort: Kaub  
Zeit: ab 10.00 Uhr  
Treffpunkt: Ortsmitte (ausgeschildert)  
anschließend geselliges Beisammensein

### Jahrestagung der Wanderwarte (Veranstaltung des Turngaues Rhein-Mosel)

Datum: 02. Juli  
Zeit: ganztags  
Ort: Geschäftsstelle des Turngau Rhein-Mosel e.V. und/oder Waldgasthof  
Inhalt: Modernes Wandern mit GPS, Notfallausrüstung, Modernes Wandern u.a.  
Teilnehmer: Wanderführer, Wanderwarte, am Wandern Interessierte zur Lizenzvorbereitung  
Leitung: Rainer Böckling, Fachwart Wandern im Turngau Rhein-Mosel  
Referent: Rainer Böckling  
Gebühr: 10,00 EUR  
Meldeschluss: 15. Mai  
Meldung an: Geschäftsstelle des Turngau Rhein-Mosel e.V., Bahnhofsweg 6, 56073 Koblenz-Moselweiß, E-Mail: [turgau-rhein-mosel@t-online.de](mailto:turgau-rhein-mosel@t-online.de)  
Sonstiges: Die Fachtagung wird mit 8 Stunden zur Verlängerung auf die Wanderführerlizenz angerechnet.

## Leichtathletik

### Kampfrichterweiterbildung

Es wird grundsätzlich immer versucht, die LA-Kampfrichterausbildung in Koordination mit dem LVR Rheinland zu gestalten. Da die endgültige Planung des LVR bei Drucklegung von „Turnen in Rheinland-Pfalz“ noch nicht vorlag, kann es durchaus sein, dass vom LVR weitere Termine angeboten werden. Zu erfahren immer unter e-mail: info@LVRrheinland.de

### Neu- und Weiterbildung

Es kann jederzeit eine Neuausbildung oder Weiterbildung von Kampfrichtern in den Gauen geplant werden. Einzige Voraussetzung: frühzeitige Terminabsprache mit dem Kampfrichterwart Günter Hussong. Den Gauen entstehen mit der Durchführung einer Kampfrichter-Neu- oder Weiterbildung keine zusätzlichen Kosten. Diese werden vom Fach Leichtathletik des Turnverband Mittelrhein übernommen.

### Ansprechpartner:

Günter Hussong, von-Lassaulx-Str. 25, 53424 Remagen,  
Telefon u. Fax 02642-1242, E-Mail: ghussong@t-online.de

## Mehrkämpfe

### Lehrarbeit

#### Lauf und Weitsprung - Verbesserung der Technik

Datum: 12. März  
Zeit: 10.00-16.00 Uhr (6 LE)  
Ort: Stadion Boppard-Buchenau  
Inhalt: Verbesserung der Lauf- und Sprungtechnik  
Teilnehmer: Wettkämpfer der turnerischen Mehrkämpfe, Leichtathleten  
Leitung: Margret uirbach, Fachwartin Mehrkämpfe  
Referent: Andreas Liesenfeld, Emmelshausen  
Gebühr: 10,00 EUR  
Meldeschluss: 01. März  
Meldung an Margret uirbach, Bahnhofsweg 7, 56073 Koblenz, E-Mail: M. uirbach@t-online.de

#### Kugel und Schleuderball - Verbesserung der Technik

Datum: 09. oder 16. April  
Zeit: 10.00-16.00 Uhr (6 LE)  
Ort: Sportanlage der Grundschule, Idar-Oberstein-OT Algenroth  
Inhalt: Verbesserung der Wurftechnik  
Teilnehmer: Wettkämpfer der turnerischen Mehrkämpfe, Leichtathleten  
Leitung: Margret uirbach, Fachwartin Mehrkämpfe  
Referent: Andreas Liesenfeld

Gebühr: 10,00 EUR

Meldeschluss: 01. April

Meldung an Margret uirbach, Bahnhofsweg 7, 56073 Koblenz, E-Mail: M. uirbach@t-online.de

#### Ausbildung von Kampfrichtern in der Leichtathletik

Grundbegriffe in folgende Disziplinen: Weitsprung, Kugelstoßen, Schleuderball, Steinstoßen und Lauf übermitteln.

Datum: 16. und 17. April

Zeit: 10.00 - 18.00 Uhr

Ort: Sportschule in Seibersbach

Veranstalter: Rheinhessischer Turnerbund, Jahnstr. 4, 55124 Mainz

Referent: Rudolf Würfel und Hans-Heiko Mattern

Gebühr: 20,00 EUR

Meldeschluss: 31. März

Anerkennung: 12 Stunden zur Übungsleiterlizenzverlängerung  
Anmeldung online über [www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen](http://www.rhtb.org/aus-und-fortbildungen)

#### Schwimmen, Wasserspringen und Tauchen - Verbesserung der Technik für die Jahnkämpfer

Datum: 30. April

Zeit: 13.00-16.00 Uhr (3 LE)

Ort: Stadtbad Koblenz

Inhalt: Verbesserung der Tauch- und Sprungtechnik, Stilschwimmen

Teilnehmer: Wettkämpfer der turnerischen Mehrkämpfe

Leitung: Margret uirbach, Fachwartin Mehrkämpfe

Referenten: Sprungtrainerin Karin Wolf, Bell /  
Schwimmtrainer Jochen Borchert

Gebühr: 10,00 EUR

Meldeschluss: 15. April

Meldung an Margret uirbach, Bahnhofsweg 7, 56073 Koblenz, E-Mail: M. uirbach@t-online.de

#### Lauf und Weitsprung - Verbesserung der Technik

Datum: 08. Mai

Zeit: 10.00-16.00 Uhr (6 LE)

Ort: Stadion Boppard-Buchenau

Inhalt: Verbesserung der Lauf- und Sprungtechnik

Teilnehmer: Wettkämpfer der turnerischen Mehrkämpfe, Leichtathleten

Leitung: Margret uirbach, Fachwartin Mehrkämpfe

Referent: Andreas Liesenfeld, Emmelshausen

Gebühr: 10,00 EUR

Meldeschluss: 01. März

Meldung an Margret uirbach, Bahnhofsweg 7, 56073 Koblenz, E-Mail: M. uirbach@t-online.de

#### Schwimmen/Wasserspringen - Verbesserung der Technik

Datum: voraussichtlich 13. August

Zeit: 13.00-16.00 Uhr (3 LE)

Ort: Stadtbad Koblenz

Inhalt: Verbesserung der Schwimm- und Sprungtechnik

Teilnehmer: Wettkämpfer der turnerischen Mehrkämpfe

Leitung: Margret uirbach, Fachwartin Mehrkämpfe

# Mehrkämpfe

## TVM-Reisen

Referent: Karin Wolf und Jochen Borchert

Gebühr: 10,00 EUR

Meldeschluss: 01. März

Meldung an Margret Uirbach, Bahnhofsweg 7, 56073 Koblenz, E-Mail: M. Uirbach@t-online.de

### Rheinland-Pfalz-Mehrkampfmeisterschaften

Aus logistischen Gründen ist es uns im Jahr 2011 nicht möglich, eine rheinland-pfälzische Mehrkampfmeisterschaft durchzuführen.

Wir empfehlen allen Mehrkämpferinnen und Mehrkämpfer die Teilnahme an folgenden Qualifikationen:

- Saarländischer Turnerbund: 11.-13. Juni 2011 in Saarlouis bzw. Homburg-Erbach (T 0681/3879226)

- Hessischer Turnerbund: 18./19. Juni 2011 in Neu-Isenburg (T 06101/54610)

## Endlich Ferien .....

## alle TVM-Reisen im Überblick

... Schneesport ... ... Sport- und Fitnessreisen ... ... Jugendfahrten ...

Datum	Maßnahme / Fahrt
25.-29.11.2010	Saisonopening im Stubaital
25.-29.11.2010	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit / Natursport Winter“, Praxis I, Stubaital
25.-29.11.2010	TVM-Fortbildungslehrgang, Ski und Snowboard, Stubaital
02.-08.01.2011	Alpin-Ski in Ratschings
15.-22.01.2011	Dolomiti - Superski in Wolkenstein
15.-22.01.2011	Schnee - Genial in Saas
25.03.-01.04.2011	Fitness- und Wellnessfreizeit Mallorca
08.-11.04.2011	TURN - EM in Berlin
16.-25.04.2011	Teenie Ski und Snowboardfactory in St. Leonhard/Brixen
16.-23.04.2011	Ski-Alpin-Freizeit in Ratschings
23.-30.04.2011	Ski-Alpin-Freizeit in Ratschings
23.-30.04.2011	Carven-Freeriden-SuperPipe® Kicks in Saas
24.04.-01.05.2011	Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit / Natursport Winter“, Praxis II, Pfunds/Nauders
25.06.-02.07.2011	Wander- und Walkingspa• im Saastal
26.06.-03.07.2011	Südtirol erleben, Wanderfreizeit Ratschings
02.-09.07.2011	Nature-Adventure-Week in Maria Alm (13 - 17 Jahre)
23.-30.07.2011	Wander- und Walkingfreizeit für Singles im Saastal
02.-04.09.2011	Yoga- und Pilatesfreizeit, Altenkirchen
10.-17.09.2011	Wanderzeit im Stubaital
10.-17.09.2011	Wander- und Walkingspa• im Saastal
24.09.-01.10.2011	Wander- und Walkingspa• in Ratschings
24.09.-01.10.2011	Wander- und Walkingspa• im Saastal
04.-07.10.2011	Abenteuer PUR - Sargenroth für Kinder von 8 - 12 Jahren

Die detaillierten Ausschreibungen finden Sie auf den nächsten Seiten.

**GYMMOTION** 

DIE FASZINATION DES TURNENS

**TOUR 2011****02.12.2011 KOBLENZ**

SPORTHALLE OBERWERTH

BEGINN: 19.00 UHR | EINLASS: 18.00 UHR

## INFOS UND KARTEN:

Turnverband Mittelrhein | Rheinau 10 | 56075 Koblenz  
Tickethotline: 0261/135150 | E-Mail: gymmotion@tvm.org  
Preis Erwachsene: 25,00 € (10% Ermäßigung für GYM-CARD-Inhaber)  
Preis Kinder bis einschl. 14 Jahre: 15,00 €

Schriftföhr: Karl Peter Bruch | Minister des Innern und für Sport

www.gymmotion.org

**TVM**   
SPORTMARKETING GMBHDie einmalige Show aus  
Turnen, Artistik  
und Variet **Schneesport im  
Turnverband Mittelrhein****Saison 2010/2011**

www.tvm.org

**TVM**   
TURNVERBAND MITTELRHEIN**Schneesport im Urlaub mit dem TVM ...**

.....und wir freuen uns mit Ihnen darauf. Gerne helfen wir Ihnen, Ihren nächsten Urlaub in den Schnee optimal vorzubereiten. Wir haben uns bem hrt, für die neue Wintersaison die Preise nur sehr moderat und im vertretbaren Rahmen anzuheben - die gestiegenen Energiekosten spielen auch in diesem Bereich eine nicht unerhebliche Rolle. Die Wahl des Urlaubsortes spielt im Rahmen einer jeden Urlaubsplanung mit die gr o te Rolle.  berlassen Sie dabei aber nichts dem Zufall. Lassen Sie sich von erfahrenen Fahrtenleitern und MitarbeiterInnen des TVM-Schneesport-Teams beraten und am Urlaubsort betreuen. Der Erfolg eines gelungenen Winterurlaubs hängt aber auch von Ihnen selbst ab. Lassen Sie Alltag und Arbeit zu Hause und erholen Sie sich. Auftanken in einer magischen Bergwelt, die pure Energie und Lebensfreude versprüht - im Kreise der Schneesportbegeisterten. Begegnungen mit Gleichgesinnten in der Gruppe machen Ihren Urlaub unvergesslich. Egal, was Sie als Skifahrer oder Snowboarder wünschen, ob Anfänger- oder Fortgeschrittenenkurs, ob Skiguiding für Genießer und Cracks - unsere Schneesportlehrer stellen sich auf Ihre Bedürfnisse ein und gestalten für Sie erlebnisreiche Tage im Schnee. Dabei achten wir darauf, kleine Kursgruppen zu bilden. So erzielen Sie ganz nebenbei Lernfortschritte in Ihrem Urlaub. Unsere Schneesportler sind nicht nur auf der Piste für Sie da. Mit Begeisterung organisieren sie ein Rahmenprogramm, bei dem der Spaß garantiert nicht zu kurz kommt. Nehmen Sie an unserer Begeisterung für die Berge und den Schnee teil. Lassen Sie uns gemeinsam auf den Berg fahren - zu unvergesslichen Natur- und Schneeerlebnissen. Wir freuen uns, Sie bei uns zu sehen und Ihr Berater im Schnee zu sein.



Ihr TVM-Schneesport-Team

**Willi Becker**

Fachwart Schneesport und Touristik

Ergänzende Informationen zu den Fahrten sowie ein Anmeldeformular und unsere aktuellen Geschäftsbedingungen erhalten Sie auf unserer Webseite [www.tvm.org](http://www.tvm.org) oder über unsere Geschäftsstelle unter Telefon 0261/135152.

Beachten Sie auch unsere Sport- und Fitnessreisen z. B. die Fitness- und Wellness Woche auf Mallorca, die Wanderzeiten in Tirol und S dttirol oder den Walkingspaß in der Schweiz.

**Unsere Schneesport-Angebote 2010/2011:**

Ski - Opening im Stubaital	25. - 29.11.2010
Alpin - Ski, Ratschings	02. - 08.01.2011
Dolomiti Superski, Wolkenstein	15. - 22.01.2011
Schnee - Genial, Saas-Fee	15. - 22.01.2011
Teenie Ski- und Snowboardfactory, St. Leonhard	16. - 25.04.2011
Alpin - Freizeit, Ratschings	a) 16. - 23.04.2011 b) 23. - 30.04.2011
Carven, Freeriden, SuperPipe & Kicks, Saas Fee	23. - 30.04.2011
Ausbildungslehrgang Praxis I Trainer C	25. - 29.11.2010
Fortbildungslehrgang in Fulpmes/Stubai	25.-29.11.2010
Ausbildungslehrgang Praxis II Trainer C	24.04.-01.05.2011

## November-Schnee

### Fahrt S01: Saisonopening im Stubaital

Das Skigebiet am Stubai Gletscher ist mit 54 km Pisten verschiedenster Schwierigkeitsgrade das größte ganzjährige Skigebiet in Österreich. Erholen Sie sich nach einem langen Skitag in der großzügigen Saunalandschaft des Sporthotels "Brugger" in Fulpmes.

Termin: **25. - 29.11.2010**

Leitung: Willi Becker

Leistungen:

Unterbringung im Sporthotel "Brugger"

in Doppelzimmern mit DU/WC, HP, 4 Tage

Skipass, skiläuferische Betreuung

Anreise mit eigenem PKW

Infos zum Hotel:

[www.sporthotel-brugger.at](http://www.sporthotel-brugger.at)

Kosten: **430,00 EUR**

## Mit guten Vorsätzen *new!*

### Fahrt S02: Alpin - Ski - Freizeit Ratschings

Das Skigebiet Ratschings-Jaufen (1.300 - 2.100 m) zählt zu den modernsten und schneesichersten in Südtirol. Auf den abwechslungsreichen Skipisten finden sowohl Skifahrer und Carver, als auch Snowboarder aller Könnensstufen ihre sportliche Herausforderung. Die acht urigsten Hütten laden zu jeder Tageszeit zum Einkehren ein.

Infos zum Skigebiet:

[www.ratschings-jaufen.it](http://www.ratschings-jaufen.it)

Termin: **02. - 08.01.2011**

Leitung: Katja Kroll

Leistungen: Unterbringung im \*\*\* Hotel

"Bergblick" in Doppelzimmern mit

DU/WC, reichhaltiges Frühstücksbuffet,

Vitales Salatbuffet am Abend und 4-Gänge

Wahlmenü. Finnische Sauna, türkisches

Dampfbad, Infrarotkabine, Whirlpool und

Solarium, Schwimmbad, inkl. Skikurs.

Kinderermäßigung auf Anfrage

Anreise mit eigenem PKW

Infos zum Hotel: [www.hotelbergblick.com](http://www.hotelbergblick.com)

Kosten: **500,00 EUR**

## Januar-Schnee

### Fahrt S03: Dolomiti Superski



*Die Dolomiten als Kulisse*

"Dolomiti-Superski" ist das weltweit größte Skikarussell. Es umfasst 1.200 Pistenkilometer mit 450 Aufstiegsanlagen und für viele auch die schönsten Berge. Hunderte von Pistenkilometern und Geländefahrten rund um die spektakulären Geländeformationen von Langkofel, Sellagruppe, Lagazuoi oder Marmolada erfüllen die Träume eines jeden Skifahrers. Das Skigebiet zwischen 1.500 - 2.800 m gilt als besonders schneesicher und bietet ein grenzenloses Skivergnügen mit allen Schwierigkeitsgraden; für ca. 90 % der Pisten stehen Beschneiungsanlagen zur Verfügung. Eine Vielzahl gemütlicher Berghütten laden ein, den italienischen Lebensstil zu genießen. Zentral in Wolkenstein gelegen zeichnet sich das renovierte Hotel "des Alpes" besonders durch seine sehr gute Küche aus.

Infos zum Skigebiet:

[www.dolomitisuperski.de](http://www.dolomitisuperski.de)

Termin: **15. - 22.01.2011**

Leitung: Günter Wiegel

Leistungen: 7 Tage HP im Hotel "des

Alpes", Unterbringung im Doppelzimmer

mit DU/WC, skiläuferische Betreuung

Infos zum Hotel: [www.des-alpes.it](http://www.des-alpes.it)

Anreise mit eigenem PKW

Kosten: **610,00 EUR**

## Januar-Schnee

### Fahrt S04: Schnee-Genial

*Gletscher zum Anfassen*



Pisten bis auf 3.600 m, gelegen im Gletschergebiet des Mittelallalin - Schneegarantie - . Saas-Fee - "die Perle der Alpen" - der traumhafte Skiort in der Schweiz. Viertausender und Gletscher zum Anfassen, stahlblauer Himmel, Gletscherhänge, Wintersportgebiete mit gut 140 km präparierten Pisten für den Carver, Buckelpisten für den Crack, flache Pisten für den Anfänger und traumhafte Tiefschneeabfahrten für den Könner.

Infos zum Skigebiet:

[www.saas-fee.ch](http://www.saas-fee.ch)

Termin: **15. - 22.01.2011**

Leitung: Willi Becker

Leistungen: 7 Tage HP im \*\*\* Hotel "Matt-

markblick", Frühstücksbuffet, Viergänge-

Menü mit Salatbuffet, Unterbringung im

DZ mit DU/WC, Guiding im Skigebiet.

Infos zum Hotel: [www.mattmarkblick.ch](http://www.mattmarkblick.ch)

Anreise mit eigenem PKW

Kosten: **430,00 EUR**



Ostern

Einfach  
FUNtastisch

**Fahrt S05:  
Teenie Ski- und Snowboardfactory**  
(Teilnehmer 13-17 Jahre)

Wer die Kulturunterkunft oberhalb von Brixen mit seinen funktionell eingerichteten 3-6 Bettzimmern noch nicht kennt, weiß auch nicht, dass es hier gutes Essen, eine Sauna, Tischtennis- und Kickerraum, eine riesige Sonnenterrasse und nicht zuletzt den legendären Partykeller gibt. In diesem Jahr finden die Ski- und Snowboardaktivitäten im Skigebiet "Ratschings" statt. Der Transfer von St. Leonhard nach Ratschings ist im Preis inbegriffen.

Infos zum Skigebiet:  
www.ratschings-jaufen.it  
Termin: **16. - 25.04.2011**



Leitung: Michael Müller  
Leistungen: 10 Tage VP (bzw. Lunchpaket am Mittag) im Jugendgästehaus "Bacherhof", Frühstück am Anknunftstag, MBZ mit DU/WC inkl. Ski- oder Snowboardkurs. 10 Tage Skipass und Bus-transfer ab/nach Koblenz. Die An- und Abreise erfolgt über Nacht! Bitte bei der Anmeldung vermerken, ob Skifahrer oder Snowboarder!

Kosten: **585,00 EUR\***  
\* nach dem 01.12.1994  
**655,00 EUR** ab 17 Jahre

Ostern

Erleben  
und Genießen

**Fahrt S06:  
Alpin-Freizeit**



Das Skigebiet Ratschings-Jaufen (1.300 - 2.100 m) zählt zu den modernsten und schneesichersten in Südtirol. Auf den abwechslungsreichen Skipisten finden sowohl Skifahrer und Carver, als auch Snowboarder aller Könnensstufen ihre sportliche Herausforderung. Die acht urigsten Hütten laden zu jeder Tageszeit zum Einkehren ein. Wer dann noch nicht genug hat, kann die neu angelegte Rodelbahn für sich entdecken. Das bekannte Hotel "Seeber", mit seiner hervorragenden Küche, liegt in unmittelbarer Nähe der Talstation, dies bedeutet: "Auf die Bretter, fertig los!"

Info zum Skigebiet:  
www.ratschings-jaufen.it  
a) **16. - 23.04.2011**  
b) **23. - 30.04.2011**

Leitung:  
Termin a) Norbert Munsch  
Termin b) Katja Kroll  
Leistungen: 7 Tage HP in neu gestalteten Doppelzimmern mit DU/WC im \*\*\*\* Hotel "Seeber", mit Schwimmbad, Relax-Bereich mit finnischer Sauna, Dampfsauna, Kneippbad, Solarium, Whirlpool und Massageduschen, inkl. Skikurs; optional kann ein 2-tägiger Snowboardkurs für Kids ab 10 Jahre gebucht werden ( Termin b ).  
Preis auf Anfrage.

Infos zum Hotel: www.hotel-seeber.com  
Kinderermäßigung auf Anfrage, Anreise mit eigenem PKW

Kosten:  
Termin a) **580,00 EUR**  
Aufpreis RO-Zimmer:  
**60,00 EUR** pro Person  
Termin b) **565,00 EUR**  
Aufpreis RO-Zimmer:  
**60,00 EUR** pro Person



Ostern

Mit  
Schneegarantie

**Fahrt S07:  
Carven - Freeriden -  
SuperPipe & Kicks** in Saas



Schneegarantie !! Pulverschnee auf 3.600 m, gelegen im Gletschergebiet des Mittelallalin - " die Perle der Alpen " - kaum ein Ski-Resort der Welt wartet mit einem so gigantischen Panorama auf - dem Himmel ganz nah - .Wo die Schweiz dem Himmel am nächsten ist, erstreckt sich vor gewaltiger Kulisse der 14 umgebenden Viertausender eines der attraktivsten Skigebiete Europas. Die drei Wintersportgebiete Saas-Fee, Saas-Grund und Saas-Almagell bieten mit Gletscherhängen, gut 140 km präparierten Pisten und Fun-Parks für alle etwas besonderes: breite, gut planierte Pisten für den Carver, Buckelpisten für den Crack, flache Pisten für den Anfänger und traumhafte Tiefschneeabfahrten für den Könnler sowie für den Boarder SuperPipe, BoarderCross und verschiedene Kicks.

Infos zum Skigebiet:  
www.saas-fee.ch  
Termin: **23. - 30.04.2011**

Leitung: Willi Becker  
Leistungen: 7 Tage HP im \*\*\* Hotel "Mattmarkblick", Frühstücksbuffet, Viergänge-Menü mit großem Salatbuffet, Unterbringung im Doppelzimmer mit DU/WC, einschl. Skikurs, Tiefschnee-Guiding für geübte Skifahrer, Snowboardkurs nur für Kids.

Info zum Hotel: www.mattmarkblick.ch,  
Kinderermäßigung auf Anfrage, Anreise mit eigenem PKW  
Kosten: **555,00 EUR**



# Aus- & Fortbildung Ski und Snowboard

Eine Kooperation der Schneesportteams des Turnverbandes Mittelrhein und Rhein Hessischen Turnerbundes

## **Fahrt S08: TVM – Ausbildungslehrgang Praxis I Trainer C Naturesport Winter**

Mit der neuen Ausbildung Trainer C Naturesport Winter ersetzt der Deutsche Turnerbund die bisherige Grundstufen Ausbildung Ski Alpin und Snowboard.

Die Ausbildung zum Trainer C Naturesport Winter beim TVM umfasst insgesamt 10 Module und hat einen Umfang von 120 Lerneinheiten (LE / 45 min).

Inhalt: Dieser Lehrgang deckt Teile der Module 2, 3, 6 und 7 ab. Der Schwerpunkt der Ausbildung liegt in der Praxis mit Ski bzw. Snowboard. Dies wird ergänzt um theoretische Einheiten an den Abenden. Der Lehrgangsumfang beträgt insgesamt 27 LE. Voraussetzungen: Mitgliedschaft in einem dem TVM zugehörigen Verein, wir empfehlen bereits das Modul 1 (Basiskurs) absolviert zu haben.

Skigebiet: Stubaier Gletscher

Termin: **25. – 29.11.2010**

Leitung: Lehrteam Schneesport TVM

Leistungen: 4 Tage HP im Sporthotel "Brugger"\*\*\*, Fulpmes/Stubai, incl. 4 Tage Skipass, Unterbringung in Doppel- bzw. Dreibettzimmern mit DU/WC. Das Sporthotel "Brugger" verfügt über einen großen Saunabereich.

Kosten inkl. Lehrgangsgebühr:

**430,00 EUR**

## **Fahrt S09: TVM-Fortbildungslehrgang in Fulpmes/Stubai für Übungsleiter**

Lehrgangsziele: Verbesserung des persönlichen Fahrkönnens und der Lehreignung. Hierbei werden besonders die neuen Entwicklungen im Schneesportwesen aufgegriffen und vermittelt. Die Fortbildung wird sich aus verschiedenen Themenschwerpunkten zusammensetzen, die in einem gesonderten Anschreiben benannt werden.

Skigebiet: Stubaier Gletscher

Termin: **25. – 29.11.2010**

Leitung: Lehrteam Schneesport TVM

Leistungen: 4 Tage HP im Sporthotel „Brugger“\*\*\*, Fulpmes/Stubai, incl. 4 Tage Skipass, Unterbringung in Doppel- bzw. Dreibettzimmern mit DU/WC. Das Sporthotel "Brugger" verfügt über einen großen Saunabereich.

Kosten inkl. Lehrgangsgebühr:

**430,00 EUR** Skiübungsleiter Grundstufe bzw.

**390,00 EUR** Skiübungsleiter Oberstufe \*

(Gymcard-Rabatt 10,00 EUR, bitte bei der Anmeldung die Gymcardnummer angeben)

\* Der Anmeldung ist die Kopie des gültigen Oberstufen-Ausweises (IVSI) beizufügen.

## **Fahrt S10: TVM - Ausbildungslehrgang Praxis II Trainer C Naturesport Winter**

Den Abschluss der praktischen Ausbildung erfolgt in diesem Lehrgang. Im Vordergrund stehen die Vermittlung von sportlichem Skifahren und Snowboarden auf der Piste, im Park, im unpräparierten Schnee und das Beherrschen zeitgemäßer Unterrichtsmethoden auf Grundlage der aktuellen Lehrpläne des DVS. Ergänzt wird die Ausbildung durch das Kennenlernen weiterer Schneesportarten, wie Skilanglauf und Schneeschuhwandern.

Inhalt: Dieser Lehrgang deckt Teile der Module 3, 4, 5, 6 und 8 ab. Der Schwerpunkt der Ausbildung liegt in der Praxis mit Ski bzw. Snowboard. Dies wird ergänzt um theoretische Einheiten an den Abenden. Der Lehrgangsumfang beträgt insgesamt 63 LE.

Voraussetzungen: Mitgliedschaft in einem dem TVM zugehörigen Verein, wir empfehlen bereits das Modul 1 (Basiskurs) und die Praxis I absolviert zu haben.

Skigebiet: zur Auswahl stehen verschiedene Skigebiete im oberen Inntal

Termin: **24.04. – 01.05.2011**

Leitung: Lehrteam Schneesport TVM

Leistungen: 8 Tage HP im Haus „Schöne Aussicht“/Pfund, Unterbringung in MBZ mit DU/WC, ohne Skipass

Kosten inkl. Lehrgangsgebühr:

**400,00 EUR**



» SPIRIT «

DIE TVM-SPORTMARKETING GMBH UND DER  
TURNVERBAND MITTELRHEIN PRÄSENTIEREN:

# GYMMOTION

DIE FASZINATION DES TURNENS

## TOUR 2011

### 02.12.2011 KOBLENZ

SPORTHALLE OBERWERTH  
BEGINN: 19.00 UHR | EINLASS: 18.00 UHR

**INFOS UND KARTEN:**

Turnverband Mittelrhein | Rheinau 10 | 56075 Koblenz  
Tickethotline: 0261/135150 | E-Mail: [gymmotion@tvm.org](mailto:gymmotion@tvm.org)  
Preis Erwachsene: 25,00 € (10% Ermäßigung für GYM-CARD-Inhaber)  
Preis Kinder bis einschl. 14 Jahre: 15,00 €  
Schirmherr: Karl Peter Bruch | Minister des Internen und für Sport

[www.gymmotion.org](http://www.gymmotion.org)

**TVM**  
SPORTMARKETING GMBH

Die einmalige Show aus  
Turnen, Artistik  
und Varieté



Sport- und Fitnessreisen

Saison 2010/2011

[www.tvm.org](http://www.tvm.org)

Neu im  
Programm!

#### Fahrt F01: Fitness- und Wellnessfreizeit Mallorca

Dieses Hotel ist am ruhigen Ortsrand gelegen. Nur die Promenade trennt die Anlage von dem langen Strand. Ins Ortszentrum sind es nur 400m.

TVM-Aktivprogramm: Aerobic, Walking, Body-Mix, Pilates und vieles mehr. Die sportlichen Aktivitäten werden im Freien stattfinden - auf Rasen oder am

Strand - ,etc. Bei schlechtem Wetter wird die Infrastruktur des Hotels genutzt. Das Hotel verfügt nicht über eine fitnessstudioähnliche Ausstattung.

Termin: 25.03. - 01.04.2011

Leistungen: 7 ÜN im \*\*\*\* Hotel "Sumba" in Cala Millor, all inclusive, Flug ab/ an Köln/Bonn, Transfer und Zug zum Flug im Preis enthalten, Unterbringung im DZ mit DU/WC, Sat-TV,

Leitung: Petra Kraus

Kosten: 580,00 EUR / mit Gymcard  
560,00 EUR (Mindestteilnehmerzahl 15 Personen)  
EZ-Zuschlag: 70,00 EUR

Meldeschluss: 10. November 2010



**Ein Zuschuss durch Ihre Krankenkasse ist möglich**



**Neu im Programm!**

**Fahrt F02  
NEU!!! Yoga- und Pilatesfreizeit**

Neu im Angebot des TVM ist unsere Yoga- und Pilatesfreizeit in einem der intaktesten Naturschutzgebiete Deutschlands. Genießen Sie die erfrischende Luft und herrliche Ruhe des Westerwaldes. Unser Aktivprogramm beinhaltet täglich Yoga und Pilates sowie je nach Wetter, Walking in der Umgebung.

Termin: **02.-04.09.2011**

Leitung: Andrea Flach-Meyer

Leistungen: 2 Übernachtungen im DZ mit DU/WC im Hotel "Glockenspitze" in Altenkirchen, inkl. HP, Vital-Frühstück vom reichhaltigen Frühstücksbuffet, Dinner in Buffetform, Badminton- und Tennishalle, Sauna und Dampfbad.  
Infos zum Hotel: [www.glockenspitze.de](http://www.glockenspitze.de)

Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen

Kosten: **149,00 EUR** - Einführungspreis -



**Fahrt F03:  
Nature-Adventure-Week in Maria Alm für Abenteurer zwischen 13 und 17 Jahren**

Wer hat Lust mit der Mittelrheinischen Turnerjugend eine Woche lang das Abenteuer zu suchen? Langeweile bleibt bei dieser Fahrt ein Fremdwort und Nervenzickel wird garantiert. Wir spazieren zwischen Bäumen gespannten Drahtseilen in 10 m Höhe, raften auf der Salzach die großen Wellen ab, wandern dorthin, wo im Sommer noch Schnee liegt und springen beim Canyoning aus 7 m Höhe in natürliche Pools - um nur einige Punkte des Aktivprogramms zu nennen. Ausgangspunkt unserer Entdeckungsreisen ist der "Sonnenhof" der Familie Herzog in Maria Alm.

Termin: **02.-09.07.2011**

Leitung: TuJu-Team

Leistungen: 7 ÜN, VP, Unterbringung in Mehrbettzimmern, Tischtennis, Tischfußball, Sportplatz (Fußball, Basketball, Volleyball), Mountainbikes stehen zur Verfügung, An- und Abreise in Kleinbussen ab/bis Koblenz

Kosten: **390,00 EUR**



**Neu im Programm!**

**Fahrt F04:  
Abenteuer PUR - Sargenroth für Kinder von 8 bis 12 Jahren**

Mit herausfordernden Aktionen wird ein spannendes, abenteuerpädagogisches Programm gestaltet, das den Kindern reichlich Spaß in und an der Natur vermittelt. Hier werden die Kinder Naturerlebnisse, Gemeinschaftsgefühl, Wertschätzung, Abenteuer, Spiel und Bewegung gemeinschaftlich erleben und erfahren. Betreut werden die Kinder von erfahrenen ErzieherInnen und Übungsleitern.

Termin: **04. - 07.10. 2011**

Leitung: TuJu-Team

Leistungen: 3 ÜN, VP, in der Jugendherberge Sargenroth, Unterbringung in Mehrbettzimmern, Spielzimmer, hauseigenes Hallenschwimmbad, Tischtennis, Kicker, Basket- und Volleyball, Spiel- und Rasenfläche, Grillhütte.

Kosten: **99,00 EUR**





## Neu im Programm!

### Fahrt F05: Wander- und Walkingspaß in Ratschings, Hotel "Bergblick"

Haben Sie Lust, das Wandern in Südtirol einmal anders zu erleben? Der Trendsport Nordic-Walking bietet Ihnen die Möglichkeit, die herrliche Naturlandschaft in Ratschings genussvoll und sportlich zugleich kennen zu lernen.

Termin: **24.09.-01.10.2011**

Leitung: Hans-Jürgen Gerharz, Übungsleiter Pluspunkt Gesundheit

Leistungen: 7 ÜN HP im \*\*\* Hotel "Bergblick". Unterbringung in DZ mit DU/WC, reichhaltiges Frühstücksbuffet, Vitales Salatbuffet am Abend und 4-Gänge Wahlmenü. Benutzung der finnischen Sauna, türk. Dampfbad, Whirlpool, Solarium, Hallenschwimmbad.

Kosten: **565,00 EUR**  
**530,00 EUR** mit Gymcard  
EZ-Zuschlag: 95,00 EUR

### Fahrt F06: Südtirol erleben

Wanderfreizeit, Ratschings bei Sterzing, Südtirol. Seit vielen Jahren erfreut diese Freizeit unsere Wanderfreunde. Liegt es an den unzähligen Naturschönheiten dieser einmaligen Landschaft oder ist es unser familiär und herzlich geführtes 4-Sterne-Hotel mit komplett renovierten Zimmern, einer hervorragenden und herzhaften Küche und persönlicher Atmosphäre? Es sollte Voraussetzung sein, dass die Teilnehmer bei einer Tagestour in der Lage sind 500 Höhenmeter und 12-15 km wandern zu können.

Termin: **26.06. - 03.07.2011**

Leitung: Lothar Stein

Leistungen: 7 ÜN HP im \*\*\*\* Hotel "Seeber" mit großem Wellness-Bereich, Unterbringung im DZ mit DU/WC, Vier bis Fünf-Gänge-Menü, Musikabend, Panoramafahrt und verschiedenen Fahrten mit dem Bus, geführte Wanderungen, Benutzung der Saunalandschaft und Schwimmbad; Fahrt im modernen Reisebus, Fahrtenleitung.

Kosten: **560,00 EUR**  
**545,00 EUR** mit Gymcard  
EZ-Zuschlag: 70,00 EUR  
Aufpreis Romantikzimmer:  
84,00 EUR

### Fahrt F07: Wanderzeit im Stubaital

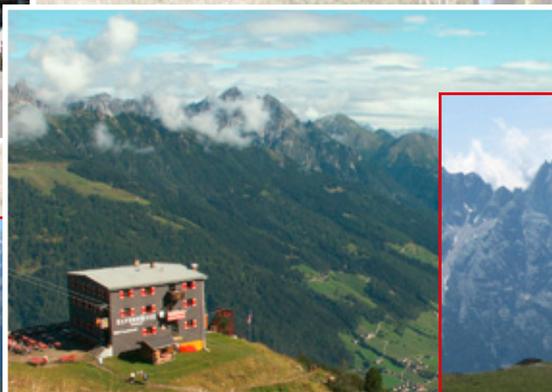
Erleben Sie den mächtigen Charme der Berge und die Ursprünglichkeit des Stubaitals bei unserer Wanderfreizeit im Stubaital. Geführte Wanderungen verschiedener Schwierigkeitsgrade, werden zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Termin: **10. - 17.09.2011**  
(bis 24 Personen)

Leitung: Lothar Rörig

Leistungen: 7 ÜN, HP im Sporthotel "Brugger", geführte Wanderungen, 1 x Hüttenabend incl. Abendessen, Viergang-Wahlmenü am Abend (Ausnahme: Hüttenabend), StubaiCard

Kosten: **545,00 EUR**  
**525,00 EUR** mit Gymcard  
EZ-Zuschlag: 70,00 EUR



Ein Zuschuss durch  
Ihre Krankenkasse  
ist möglich



**Fahrt F08:  
Neue Horizonte! Wander- und  
Walkingspaß im Saastal (Schweiz)**

Viele gute Gründe zum Wandern  
und Walken in die Schweiz zu fahren

bietet das Saastal. Viele wanderlustige Gruppen haben das  
Angebot des Turnverbandes Mittelrhein schon angenommen.  
Gemeinsam genießen wir traumhafte Touren und einmalige  
Nordic-Walking-Strecken.

Termin: **25.06. - 02.07.2011**

Leitung: Hans-Jürgen Gerharz, Übungsleiter Pluspunkt Gesundheit

Leistungen: 8-tägiger Urlaub mit 7 Übernachtungen im \*\*\*  
Hotel "Mattmarkblick, Übernachtung im Doppelzimmer inkl.  
HP, Frühstück in Buffetform, Abendessen 4-Gang-Menü, Nord-  
ic-Walking Grundkurs, inkl. Leihstöcke und Leihpulsuhr, sport-  
technische Reiseleitung vor Ort, 5 geführte Touren in die südli-  
che Walliser Bergwelt, kleines Grillfest bei einer Tour, alle  
Kosten vor Ort (Bahn, Bergbahnen, Kurtaxe) sind enthalten.  
Infos zum Hotel: [www.mattmarkblick.ch](http://www.mattmarkblick.ch)

Kosten: **595,00 EUR**  
**575,00 EUR** mit Gymcard  
EZ-Zuschlag: 70,00 EUR  
Mindestteilnehmerzahl 12 Personen

**Neu im  
Programm!**

**Fahrt F09:  
NEU !!! Wander- und Walkingfreizeit in  
Saas für Singles**

Sie wünschen sich im Urlaub gemein-  
same Unternehmungen und viel  
Spaß mit anderen Singles? Gemein-  
sam in der Gruppe wollen wir traumhafte Touren und  
einmalige Nordic-Walking-Strecken genießen. Natürlich  
kommt auch die Geselligkeit nicht zu kurz.

Termin: **23. - 30.07.2011** (Singletour bis 12 Personen)

Leitung: Christine Brodmann, Übungsleiterin Pluspunkt  
Gesundheit

Leistungen: siehe F 08

Kosten: **595,00 EUR**  
**575,00 EUR** mit Gymcard  
EZ-Zuschlag: 90,00 EUR

**Fahrt F 10**

Termin: **10. - 17.09.2011** (bis 25 Personen)

Leitung: Hans-Jürgen Gerharz, Übungsleiter Pluspunkt Gesund-  
heit

Kosten: **595,00 EUR**  
**575,00 EUR** mit Gymcard  
EZ-Zuschlag: 70,00 EUR  
Mindestteilnehmerzahl 12 Personen

**Fahrt F 11**

Termin: **24. 09. - 01.10.2011** (optional für Vereinsgruppen  
ab 12 Teilnehmern buchbar)

Leitung: Conny Rörig, Übungsleiterin Pluspunkt Gesundheit

Kosten: **595,00 EUR**  
**575,00 EUR** mit  
Gymcard  
EZ-Zuschlag:  
70,00 EUR



**Fahrt F12:  
TURN- EM in Berlin**

Mit dem Turnverband zum größten europäi-  
schen Turn-Event in die Metropole Berlin. Die  
TURN-EM in der Max-Schmeling-Halle verspricht hochklassigen  
Sport, Spannung und mitreißende Stimmung.

Termin: **08.-11.04.2011**

Leistungen: 3 ÜN mit Frühstücksbuffet im \*\*\* Ramada Hotel  
Globus-Lichtenberg, alle Zimmer mit DU/WC, Telefon und Sat-  
TV, zentral gelegen mit direktem U-Bahn-Anschluss, Sauna,  
Solarium, Biergarten. Bahnfahrt 2. Klasse im IC/ICE bis Berlin  
und zurück, Platzreservierung im Zug/Sicherungsschein, Einzel-  
fahrausweise für den Verkehrsverbund Berlin-Brandenburg,  
Schiffahrt auf der Spree, Reiserücktrittsversicherung

Kosten: **333,00 EUR** p. Person im DZ  
**393,00 EUR** im EZ

**zusätzlich buchbar:**

Tickets Erw. mit GC Kat.II (Mehrkampffinale Frauen), Tickets  
Gerätturnen

Kosten: á **21,00 EUR**

Musical: "Hinterm Horizont geht's weiter" -Udo Lindenberg-  
Story-/"We will rock you" - Queen- / "Blue Man Group"

Kosten: á **30,00 EUR**

Mein Roland kämpft für mein gutes

Recht.



**ROLAND RECHTSSCHUTZ**

Wenn es um Ihr gutes Recht geht, dann sollten Sie keine Kompromisse eingehen. Verlassen Sie sich auf einen ausgewiesenen Spezialisten: ROLAND Rechtsschutz ist der starke Partner an Ihrer Seite, der sich nicht nur vor Gericht für Sie einsetzt. Wir kämpfen dafür, dass Sie Ihren Rechtsstreit gewinnen, und bieten Ihnen hierfür exzellenten Service. RECHTSSCHUTZ | PROZESSFINANZ | SCHUTZBRIEF | ASSISTANCE



WIR KÄMPFEN FÜR IHR GUTES RECHT.

Alles, was Sie wissen müssen, unter:  
0261-80 20 70 oder [info@michaelrech.de](mailto:info@michaelrech.de)

# Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen männlich



Turnverband Mittelrhein

## Fachwart Gerätturnen TVM:

Joachim Alt, Neuer Weg 3, 56077 Koblenz,  
T 0261-43875, Fax 0322-23706110,  
E-Mail: geraeturnen-maennlich@tvm.org

## Kampfrichterwart Gerätturnen TVM:

Diethelm Schnell, Hauptstr. 10, 56598 Rheinbrohl,  
T 02635-1551, E-Mail: diethelmschnell@aol.com  
Kirstin Schöneberg, Ehrenberg 6, 53577 Neustadt,  
T 02683/946637, E-Mail: kirstinschoeneberg@t-online.de

Rhein Hessischer Turnerbund

## Fachwart Gerätturnen RhTB:

Tanja Hauf, Oderstr. 9, 67550 Worms,  
T 06242/503965. E-Mail: tano.hauf@t-online.de

## Kampfrichterwart Gerätturnen RhTB:

Mike Graff, Im Woog 2, 55234 Erbes-Büdesheim, T 06731/7481,  
E-Mail: mgraфф@rhrk.uni-kl.de

## Veranstaltungen

### TVM-Meisterschaft

Termin: 07./08. Mai  
Ausrichter: n.n.  
Ort: n.n.

### Meisterschaftsprogramm

WK Nr	Altersklasse	Anforderung	qualifiziert
1	AK30	gem. DTB Kür-6-Kampf	alle
2	AK 19	CdP Kür-6-Kampf	alle
3	AK 17/18	CdP Kür-6-Kampf	alle
4	AK 15/16	gem. DTB 12-Kampf	alle
5	AK 13/14	gem. DTB 12-Kampf	alle
6	AK 12	gem. DTB 12-Kampf	alle
7	AK 11	gem. DTB Pflicht-6-Kampf	alle
8	AK 9/10	gem. DTB Pflicht-6-Kampf	alle
9	AK8	Pflicht-6-Kampf	
		Boden: P 6 a b	
		Pferd: P 6 a	
		Ringe: P 5 a b	alle
		Sprung: P 6 b mit Kasten quer, h 90 cm und Mattenberg h 90 cm	
		Barren: P 6 b	
		Reck: P 6 a b	

## Meisterschaft Kür

WKNr	Altersklasse	Anforderung	Sprung Tisch	qualifiziert
11	AK 20	KM2	1,35 m	Gauregelung*
12	AK 18/19			Gauregelung*
13	AK 16/17			Gauregelung*
14	AK 14/15	KM3	1,25 m	Gauregelung*
15	AK 12/13		1,10 m	Gauregelung*
16	AK 11 u.j.		1,10 m	Gauregelung*

## Meisterschaft allgemeines Turnen\*\*

WKNr	Altersklasse	Anforderung	Sprung	qualifiziert
		Pflicht-6-Kampf		
20	AK 16	P3 - P9	Tisch: 1,35 m	Gauregelung*
21	AK 14/15		Tisch: 1,25 m	Gauregelung*
22	AK 12/13		Tisch: 1,10 m	Gauregelung*
23	AK 10/11	P3 - P8	P4/5: Bock, 1,10m	
			P6/7: Tisch, 1,10m	Gauregelung*
24	AK9 u.j.	P3 - P7	P4/5: Bock, 1,10m	
			P6/7: Tisch, 1,10m	Gauregelung*

## Geräte-Wahl-Vierkampf\*\*\*:

WKNr	Altersklasse	Anforderung	Sprung	qualifiziert
		Pflicht-4-Kampf		
20-4	AK 16	P3 - P9	Tisch: 1,35 m	Gauregelung*
21-4	AK 14/15		Tisch: 1,25 m	Gauregelung*
22-4	AK 12/13		Tisch: 1,10 m	Gauregelung*
23-4	AK 10/11	P3 - P8	P4/5: Bock, 1,10m	
			P6/7: Tisch, 1,10m	Gauregelung*
24-4	AK9 u.j.	P3 - P7	P4/5: Bock, 1,10m	
			P6/7: Tisch, 1,10m	Gauregelung*

es gilt die Gerätehöhe dieser WK-Ausschreibung

\* : Je nach Anzahl und Niveau der Teilnehmer entscheiden die Gau-Fachwarte

\*\* : Wechsel nach der Gaumeisterschaft in den 4-Kampf nicht möglich

\*\*\* : Es dürfen nur 4 Geräte geturnt werden

Meldung: Die Meldung erfolgt unter Vorlage der Ergebnislisten über die Gau-fachwarte an den Verbands-Fachwart. Die Teilnahme ist nur möglich, wenn der betreffende Verein mindestens einen Kampfrichter für den Wettkampf meldet.

Meldetermin: bis 01. Mai

Startgeld: 7,00 EUR je Turner

## RhTB-Meisterschaften Gerätturnen Einzel männlich

Datum: 14.-15. Mai 2011

Zeitplan: Wird nach Eingang der Meldungen erstellt und im Internet veröffentlicht



# Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen männlich

Ort: NN  
 Ausrichter: NN  
 Veranstalter: Rhein Hessischer Turnerbund e.V.  
 Ausschreibung: Die aktuelle Ausschreibung wird nach Fertigstellung Anfang 2011 auf der Verbands-Homepage unter „Fachgebiete“ veröffentlicht (www.rhtb.org) bzw. in „Turnen in Rheinland-Pfalz“ Nr. 1-2011 abgedruckt.  
 Teilnehmer: Die jeweils 1.-3. pro Wettkampf bei den Gauentscheiden in KM und Pa. Im CdP- und Pb-Bereich analog Ausschreibung. Startpässe sind für die Turner, die sich für die RLP-Meisterschaften qualifizieren wollen, verpflichtend.  
 Kampfrichter: Jeder Turngau meldet pro WK-Durchgang über die jeweiligen Fachwarte vier (4) geprüfte und geschulte KampfrichterInnen. Es werden nur Kari mit mindestens C-Lizenz zugelassen. Können (müssen aber nicht) über die gesamte WK-Dauer die gleichen sein. Ohne Kari-Meldung ist kein Start möglich.  
 Meldung an: Über die Gaufachwarte / Gaugeschäftsstellen an Rhein Hessischer Turnerbund e.V., c/o Rainer Jordan, E-Mail: oeffentlichkeit@rhtb.org  
 Eine Ergebnisliste der Gauentscheide (in digitaler Form .xls / .rtf) ist beizufügen.  
 Meldeschluss: Unmittelbar nach Gaumeisterschaften - max. 3 Tage  
 Meldegeld: 6,- EUR pro gemeldetem Teilnehmer - Die Berechnung erfolgt laut Meldestand bei Meldeschluss. Turner, die nach Meldeschluss zurücktreten, müssen trotzdem das Meldegeld zahlen.  
 Sonstiges: Der Teilnahme-Bestätigungsbogen mit dem Eintrag der Kari (und u.U. Abmeldung von qualifizierten Tu) ist unmittelbar nach den Gaumeisterschaften vor Ort auszufüllen und den Gaufachwarten zur Weiterleitung auszuhändigen. Meldebogen als Download auf der RhTB-Homepage (www.rhtb.org).  
 Alle weiteren Regelungen richten sich nach der Turnordnung und dem Leitfaden 2011 des DTB. Startpasskontrolle sollte bereits auf Gauebene erfolgen. Es werden stichprobenartig Kontrollen vorgenommen. Ohne gültigen Startpass ist eine Teilnahme nicht möglich - allenfalls „außer Konkurrenz“ und ohne Qualifikationsmöglichkeit.

## Rheinland-Pfalz-Meisterschaft Einzel

Datum: 21. Mai  
 Ort: Grünstadt  
 siehe TVM-Meisterschaft Einzel und www.tvm.org

## TVM-Mannschaftsmeisterschaft

Termin: 25. September  
 Ort: n.n.  
 Meldung: über die Fachwarte an Joachim Alt

Altersklasse	Kür		Pflicht		Sprung
	WK Nr.	Kür	WK Nr.	Pflicht	

jahrgangsoffen	1	KM 2	11	P3 - P10	jahrgangsgem. wie EM
jahrgangsoffen	2	KM 3			dto
15 u.j.	3	KM 3	12	P3 -P9	dto
13 u.j.	4	KM 3			dto
11 u.j.			13	P3 -P8	dto
9 u.j.			14	bis P7	dto

Mannschaft: 8 / 4 / 3  
 Qualifikation: je 3 beste der Gaue, nach Meldung durch die Fachwarte  
 Startberechtigung:

Mannschaftsbildung ist auf Grundlage von Erst- und Zweitstartrecht möglich.  
 Vereinszugehörigkeit und Zweitstartrecht ist nachzuweisen (Startpass, Vereins-/Gaubestätigung)

Meldegeld: 25,00 EUR je Mannschaft  
 Kampfrichter: Jeder Verein stellt für die Durchgänge, in denen eine Mannschaft turnt, mindestens einen geprüften Kampfrichter. Dieser wird namentlich mit der Mannschaft gemeldet.  
 Andernfalls wird eine Gebühr von 25,00 EUR fällig.  
 Der Kampfrichterwart bestimmt die Oberkampfrichter

## Rheinland-Pfalz-Mannschaftsmeisterschaft

Termin: 23. Oktober  
 Ort: Altendiez  
 Ausschreibung: siehe TVM-MM und www.tvm.org

## TVM-Verbandsliga

1. Wettkampf: wird bei Tr. Fortbildung festgelegt  
 2. Wettkampf: 2. HJ nn  
 Schülerliga, Pflicht: 13 u.j. P-Übungen, A-Variante (Sprunghöhe wie EM)  
 Jugendliga, Kür: 15 u.j. KM 3 (Sprunghöhe wie EM)  
 Verbandsliga: jahrgangsoffen KM 2 (Sprunghöhe wie EM)  
 Mannschaftsstärke: 6 / 4 / 3  
 Zulassung: Gau- und Vereinsmannschaften des TVM.  
 Kampfrichter: Für jede Mannschaft muss ein geprüfter Kampfrichter gemeldet werden andernfalls werden 25,00 EUR je Wettkampf fällig. Evtl. nötige weitere Kampfrichter werden durch den TVM eingesetzt. Keine Kostenerstattung für Heimkampfrichter  
 Siegerermittlung: 1. Rangsumme 2. Punktsumme der beiden Wettkämpfe  
 Meldung an: Joachim Alt  
 Meldeschluss: spätestens 8 Tage vorher Teilnahme ist auch an nur einem Wettkampf möglich  
 Meldegeld: Umlage aller Kosten auf die teilnehmenden Mannschaften  
 Sonstiges: Alle Mannschaften erhalten Urkunden.

# Gerätturnen männlich, Kampfrichterwesen männlich



## Lehrarbeit

### Trainerfortbildung

Datum: Sonntag, 23. Januar  
Zeit: 10.00-16.00 Uhr  
Ort: Turnforum Koblenz  
Inhalt: Neuigkeiten von der „Turnerfront“ in Theorie und Praxis  
Leitung: Joachim Alt

## Kampfrichterwesen männlich Gerätturnen männlich (Meisterklasse)

### Kampfrichter- euausbildung

Daten: 12. März, 19. März, 09. April, 16. April  
Ort: Koblenz  
Zeit: 09.00 - 17.00 Uhr  
Inhalte: Code de Pointage und seine Neuerungen  
Lehrwart: Rainer Kossig, Diethelm Schnell  
Meldung an: Turnverband Mittelrhein  
Meldeschluss: verbindliche Anmeldung bis 14 Tage vorher

## Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen weiblich

### Turnverband Mittelrhein

#### Fachwartin Gerätturnen weiblich, Beauftragte aller Wettkampfprogramme:

Andrea Petersohn, Im Blütenhain 38, 56154 Boppard,  
T 06742-844612, T 06742-608950 d.,  
E-Mail: geraeturnen-weiblich@tvm.org

#### Beauftragte Kampfrichterwesen Gerätturnen weiblich aller Wettkampfprogramme:

Elke Brannekämper, Ziegeleistr. 7, 56321 Brey,  
T 02628-9899920, Fax 02628-9899921,  
E-Mail: Brannekaemper@online.de

### Rhein Hessischer Turnerbund

#### Fachwart Gerätturnen RHTB:

Mark Graff, Im Woog 2, 55234 Erbes-Büdesheim, Telefon 06731-7481,  
E-Mail: mgraff@students.uni-mainz.de

### Kampfrichterwartin Gerätturnen RHTB:

n.n.

### DTB-Termine

04.-06. Februar	Deutscher Turntag	Frankfurt
26./27. Februar	National Team Cup DTL/ ualifikation EM	n.n.
11.-13. März	35. Turnier der Meister / WC	Cottbus
25.-27. März	Kadertest TT/AT	Kienbaum
April	8. FKTW-Cup	Hochdahl
04.-10. April	Europameisterschaften/JEM	Berlin
16./17. April	Bundesliga/ 1. WK-Tag	n.n.
03.-07. Mai	Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“	Berlin
14./15. Mai	Internationaler RTB-Pokal	Bergisch-Gladbach
28./29. Mai	Deutschland-Pokal	n.n.
04./05. Juni	Deutschland-Cup	Bad Ems
11./12. Juni	Deutsche Jugendmeisterschaften	Berkheim-Esslingen
18./19. Juni	Bundesliga/ 2. WK-Tag	n.n.
18./19. Juni	Deutsche Seniorenmeisterschaften	n.n.
12.-23. August	26. Sommer-Universiade	Schenzen/CHN
19.-21. August	89. Friedrich-Ludwig-Jahn-Turnfest	Freyburg/Unstrut
27./28. August	Deutsche Meisterschaften/ 2. WM- uali	n.n.
02.-04. Sept.	Bundestagung Sportart-Entwicklung	Frankfurt
16./17. Sept.	Kadertest TT/AT	n.n.
17./18. Sept.	Deutsche Mehrkampfmeisterschaften	Einbeck
Oktober	Talentsichtungs-Cup/Uta-Schorn-Pokal	Hochdahl
08.-16. Oktober	Weltmeisterschaften	Tokio
22./23. Oktober	Bundesliga/ 3. WK-Tag	n.n.
29./30. Oktober	Deutschland-Pokal der Senioren	n.n.
05./06. Nov.	Turn-Talent-Pokal Kaderturn-Cup (AK11)	Hannover
11.-13. November	DTB-Pokal	Stuttgart
30. Oktober	Bundesliga	n.n.
19./20. Nov.	Bundes-Pokal der Vereinskmannschaften	n.n.
26./27. Nov.	Bundesliga-Finale/DVMM 2011	Berlin
02.-04. Dez.	Bundestagung Gerätturnen	Frankfurt

### Wettkämpfe des TVM (chronologische Reihenfolge)

’ eitpläne für alle Wettkämpfe werden nach eingegangener Meldung erstellt.

nderungen der Inhalte und Geräthöhen sind jederzeit möglich!!!

**TVM-Meisterschaften im Gerätturnen Einzel AK 8-16 ä.**  
**TVM- achwuchsmeisterschaften im Gerätturnen Einzel AK 6/**  
**TVM-Meisterschaften im Gerätturnen Einzel-KM2/3**  
**TVM-Cup KM4 Pflicht a**  
**TVM-Seniorenmeisterschaften Einzel**  
**Qualifikation Rheinland-Pfalz-Meisterschaften und Rheinland-Pfalz-Cup**  
**Qualifikation Deutsche Jugendmeisterschaften und Deutsche Meisterschaften**  
**Qualifikation Deutschlandpokal und Deutschland-Cup**  
**Qualifikation Deutsche Seniorenmeisterschaften**



# Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen weiblich

Datum: 02./03. April  
Ort: Bitburg  
Ausrichter: TV Bitburg 1911 e.V.  
Veranstalter: Turnverband Mittelrhein

## Ausschreibung:

### achwuchs- und Meisterschaften - Einzel AK 6 j.-16 ä.

WK	AK	Jahrgänge	Inhalte	Quali für:
			Sprung Barren Balken Boden	
WK1	16 ä.	1995 ä.	CdP	Rh-Pf-M/DM
WK2	15	1996	CdP	Rh-Pf-M/ Dt.-Pokal/DJM
WK3	14	1997	CdP	Rh-Pf-M/ Dt.-Pokal/DJM
WK4	13	1998	CdP (Abgang C 0,5, B 0,3)	Rh-Pf-M/ Dt.-Pokal/DJM
WK5	12	1999	CdP (Abgang C 0,5, B 0,3)	Rh-Pf-M/ Dt.-Pokal/DJM
WK6	11	2000	P10b (H 1,25) P10b P10b P10b	Rh-Pf-M/ Dt.-Pokal
WK7	10	2001	P7b (H 1,2) P9b P9b P9b	Rh-Pf-M
WK8	9	2002	P7b (H 1,1) P8b P8b P8b	Rh-Pf-M
WK9	8	2003	P6b (H 0,9) P7b P7b P6b	Rh-Pf-M
WK9a	7	2004	P5b (H 0,6) P5b P5b* P5b	-
WK9b	6 j.	2005 j.	P3a (0,9) P3b P3b P3b	-

\* statt Rolle, flüchtiger Handstand

Pflicht- bzw. Kürprogramm an den vier Geräten. Sollten in einem Wettkampf ab der AK 12 älter weniger als 3 Turnerinnen starten werden 2 Jahrgänge zusammengelegt.

Beim Sprung sind bei den Pflichtübungen jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt in die Wertung. Ab CdP ist nur noch ein Sprung erlaubt. **Am Sprung ist ab P der Tisch verpflichtend.**

Am Barren P3-6 wird am unteren Barrenholm (mindestens Kopfhöhe) geturnt. P7-10 am Stufenbarren.

Der Balken ist 1,25m hoch. In der AK 6-8 ist eine „dicke Matte“ unter dem Balken erlaubt.

Es qualifizieren sich alle aus dem Gauentscheid und alle in WK 1-7 für die Rheinland-Pfalz-Meisterschaften. Im WK 8 9 müssen die Turnerinnen mind. 50 der möglichen Punktzahl (kann durch die LFW nach Gauentscheiden noch verändert werden) erreichen. Startberechtigt sind Turnerinnen mit Einzelstartrecht für einen Mitgliedsverein des TVM. Turnerinnen der AK 6-11 sind gleichzeitig zum Athletik-Cup am 27. August angemeldet und verpflichtet teilzunehmen. Trotzdem sollte eine Bestätigung der Teilnahme und damit auch die Meldung der Helfer zum Meldeschluss des Athletik-Cups erfolgen. **Startpasskontrolle erfolgt vor Wettkampfbeginn.**

### Meisterschaften - Einzel KM 2/3

#### KM 2/3

WK	AK	Jahrgänge	Inhalte	Quali für:
WK10	16-29	1995 - 1982	Kür modifiziert 2	Rh-Pf-M KM 2/Dt.-Cup
WK11	12-15	1999 -1996	Kür modifiziert 2	Rh-Pf-M KM 2/Dt.-Cup
WK12	16-29	1995/82	Kür modifiziert 3	Rh-Pf-M KM 3

WK13	14/15	1997/96	Kür modifiziert 3	Rh-Pf-M KM 3
WK14	12/13	1999/98	Kür modifiziert 3	Rh-Pf-M KM 3
WK15	10/11	2001/00	Kür modifiziert 3	Rh-Pf-M KM 3

### Cup KM 4

WK14a	12/13	1999/98	Kür modifiziert 4
WK15a	10/11	2001/00	Kür modifiziert 4

Bewertung KM: TE 0,0 Pkt., NE 0,1 Pkt., A 0,2 Pkt., B 0,4 Pkt., C 0,6 Pkt., D 0,8 Pkt.

Pflicht a	Sprung	Barren	Balken	Boden	Quali für:	
WK16	18-29	1993-1982	P7/8/9/10 (H 1,25)	P7-10	P7-10	Rh-Pf-Cup Pa
WK17	16/17	1995/1994	P7/8/9 (H 1,25)	P6-9	P6-9	Rh-Pf-Cup Pa
WK18	14/15	1997/96	P5a (1,1)/ 6a (1,1) 7a/8a (H 1,2)	P5-8	P5-8	Rh-Pf-Cup Pa
WK19	12/13	1999/98	P5a (1,1)/6b (0,9) 6a (1,1)/7a/b (H1,2)	P5-7	P5-7	Rh-Pf-Cup Pa
WK20	10/11	2001/00	P5a(H 1,1)/5b(0,6) 6b(0,9)/7a/b (1,1)	P4-7	P4-7	Rh-Pf-Cup Pa

Pflichtprogramm Variante a bzw. Kürprogramm modifiziert nach CdP an den vier Geräten.

Sprung KM 4 und WK 15 1,20m, KM 3 und 2 1,25m.

Beim Sprung sind jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt in die Wertung. Bei den P-Übungen müssen bei beiden Versuchen der gleiche Sprung gezeigt werden. **Am Sprung ist der Tisch verpflichtend.**

Am Barren P4-6 wird am unteren Barrenholm (Kopfhöhe) geturnt. P7-10 am Stufenbarren.

Der Balken hat folgende Höhe: P4/5 1,00m, P6-10 1,20m, KM 1,20m. Die Maximalzeit laut CdP von 90 Sekunden sollte am Balken nicht überschritten werden.

Es qualifizieren sich die drei erstplatzierten der jeweiligen Gauentscheide. Im WK 14a und 15a qualifizieren sich aber nur 2 Turnerinnen je Gau. Im WK 10 und 11 ist es möglich einen Antrag an den Fachausschuss zu stellen, der dann entsprechend der turnerischen Vorleistung entscheidet, ob eventuell mehr als 3 Turnerinnen je Gau starten können.

Startberechtigt sind Turnerinnen mit Einzelstartrecht für einen Mitgliedsverein des TVM.

Kaderturnerinnen 2011 sind nicht startberechtigt. Jede Turnerin darf nur in einem Wettkampf starten.

#### Startpasskontrolle erfolgt vor Wettkampfbeginn.

Die besten drei Turnerinnen qualifizieren sich für die Rheinland-Pfalz-Meisterschaften KM2/3 und dem Rheinland-Pfalz-Cup Pa.

#### Qualifikation Deutschland-Cup

Die Turnerinnen qualifizieren sich in den jeweiligen Altersklassen der TVM-Meisterschaften KM 2.

Sie müssen damit entweder im WK 10 oder 11 starten. In der Meldung ist ihre Bereitschaft zur Qualifikation mit zu melden. Beim Deutschland-Cup wird KM 2 geturnt.

AK 18-29 AK 16/17 AK 14/15 AK 12/13

Bei eventuellen Änderungen der Wettkampfinhalte im Leitfaden Ge-

# Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen weiblich



Gerätturnen 2011 werden diese Wettkampfprogramme übernommen. Mit der Meldung ist pro Wettkampfklasse ein Kampfrichter anzugeben, der für den Deutschland-Cup den ganzen Tag zur Verfügung steht.

## Seniorenmeisterschaften - Einzel (B30 u.ä.) - WK 21

WK 1 - AK 30 - 34 - KM 3 - Sprung (Tisch 1,25m), Stuba, Balken (1,25m), Boden

WK 2 - AK 35 - 39 - KM 3 - Sprung (Tisch 1,25m), Stuba, Balken (1,25m), Boden

WK 3 - AK 40 - 44 - KM 3 - Sprung (Tisch 1,25m), Stuba, Bank, Boden

WK 4 - AK 45 - 49 - KM 3 - Sprung (Tisch 1,25m), Stuba, Bank, Boden

Weiter laut Ausschreibung Deutsche Seniorenmeisterschaften und Leitfaden Gerätturnen 2011.

Kürprogramm an den vier Geräten - modifiziert nach CdP.

Beim Sprung sind jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt dann in die Wertung. Bei allen Abgängen und am Pferdsprung sind zusätzliche Landematten (bis 10 cm) erlaubt. Bei eventuellen Änderungen der Wettkampfinhalte im Leitfaden Gerätturnen 2011 werden diese Wettkampfprogramme übernommen.

Es qualifizieren sich jeweils die zwei besten Turnerinnen zu den Deutschen Seniorenmeisterschaften. Mit der Meldung sind je Wettkampfklasse ein Kampfrichter für die Deutschen Seniorenmeisterschaften anzugeben, die an beiden Tagen der Wettkämpfe zur Verfügung stehen.

**Meldung:** Die Meldungen sind unter Verwendung der TVM-Meldebögen und Beifügung der vollständigen offiziellen Ergebnisliste der Qualifikation vom Gaufachwart vorzunehmen, wenn in dieser Wettkampfkategorie eine Qualifikation notwendig war. (Eine Qualifikation ist bei 3 Turnerinnen in einer Wettkampfklasse nicht notwendig, aber darf trotzdem im Gau ausgeturnt werden.) Bitte nur vollständige Meldungen mit Name, Wk-Nummer, Jahrgang, Verein an den LFW per E-Mail: geraetturnen-weiblich@tvm.org

**Meldeschluss:** 17. März (Die namentliche Meldung wird nur in Ausnahmefällen per E-Mail auch noch einen Tag nach dem Qualifikationswettkampf akzeptiert. Die zahlenmäßige Meldung erfolgt pünktlich zum Meldeschluss.) Bei verspäteter eingehender Meldung bzw. Nachmeldung ist doppeltes Meldegeld zu entrichten. Eine zahlenmäßige und namentliche Nachmeldung nach dem 23. März ist nicht mehr möglich.

**Meldegeld:** 6,00 EUR pro Turnerin am Wettkampftag zu entrichten. Die Berechnung des Meldegeldes erfolgt laut Meldung am Meldeschluss. Turnerinnen, die nach der namentlichen Meldung zurücktreten, müssen trotzdem das Meldegeld bezahlen.

**Startrecht:** Es gilt der Leitfaden 2011. Bei eventuellen Änderungen der Wettkampfinhalte im Leitfaden Gerätturnen 2011 werden diese Wettkampfprogramme übernommen. Jede Turnerin kann in einem Kalenderjahr nur an einem Einzelwettkampf auf Bundesebene (Mehrkampf GT) teilnehmen. Ausgenommen sind die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften, da diese zum separaten Fachgebiet der Mehrkämpfe gehören.

**Kampfrichter:** Alle Kampfrichter werden durch den TVM eingesetzt. Kampfrichterkleidung: weißes Oberteil, schwarzes oder blaues Unterteil

**Sonstiges:** Alle weiteren Regelungen richten sich nach der Turnordnung des DTB.

Gültige Startpässe sind am Wettkampftag vorzulegen. Für die AK 6 und 7 reicht eine Bestätigung zur Vereinszugehörigkeit. Diese Bestätigung sollte das Geburtsdatum der Turnerin enthalten.

Jede Kürmusik muss auf einer korrekt mit Name versehen beschrifteten CD / CD-R auf Track 1 oder (sollte aber die Ausnahme sein) am Anfang einer korrekt beschrifteten Kassette aufgespielt sein. Die Kassette muss auf den Beginn der Bodenmusik gespult sein. Beim Brennen der CD bitte nicht die höchstmögliche Geschwindigkeit wählen, denn sonst kann der CD-Player u.U. die CD nicht lesen. 2- bis 16-fach Speed ist ausreichend.

## RhTB-Meisterschaften Gerätturnen Einzel weiblich

**Datum:** evtl. 07./08. Mai

**Zeitplan:** Wird nach Eingang der Meldungen erstellt, den Vereinen per Mail zugeschickt und im Internet veröffentlicht ([www.rhtb.org](http://www.rhtb.org))

**Ort:** 55257 Budenheim, Waldsporthalle

**Ausrichter:** TGM Budenheim

**Veranstalter:** Rhein Hessischer Turnerbund e.V.

**Ausschreibung:** Die aktuelle Ausschreibung wird nach Fertigstellung Anfang 2011 auf der Verbands-Homepage unter „Fachbereiche“ veröffentlicht ([www.rhtb.org](http://www.rhtb.org)) bzw. in „Turnen in Rheinland-Pfalz“ Nr. 1-2011 abgedruckt.

**Teilnehmer:** Die jeweils 1.-3. pro Wettkampf bei den Gauentscheiden in KM und Pa. Im CdP- und Pb-Bereich analog Ausschreibung. Startpässe sind verpflichtend für Tui, die sich für die RLP-Meisterschaften qualifizieren wollen.

**Kampfrichter:** Jeder Turngau meldet pro WK-Durchgang über die jeweiligen Fachwarte vier (4) geprüfte und geschulte KampfrichterInnen. Es werden nur Kari mit mindestens C-Lizenz zugelassen. Können (müssen aber nicht) über die gesamte WK-Dauer die gleichen sein. Ohne Kari-Meldung ist kein Start möglich.

**Meldung an:** Über die Gaufachwarte / Gaugeschäftsstellen an Rhein Hessischer Turnerbund e.V., c/o Rainer Jordan, E-Mail: [oeffentlichkeit@rhtb.org](mailto:oeffentlichkeit@rhtb.org)  
Eine Ergebnisliste der Gauentscheide (in digitaler Form .xls / .rtf / .doc) ist beizufügen.

**Meldeschluss:** Unmittelbar nach Gaumeisterschaften - max. 3 Tage

**Meldegeld:** 6,00 EUR pro gemeldeter Teilnehmerin - Die Berechnung erfolgt laut Meldestand bei Meldeschluss. Tui die nach Meldeschluss zurücktreten, müssen trotzdem das Meldegeld zahlen.

**Sonstiges:** Der Teilnahme-Bestätigungsbogen mit dem Eintrag der Kari (und u.U. Abmeldung von qualifizierten Tui) ist unmittelbar nach den Gaumeisterschaften vor Ort auszufüllen und den Gaufachwarten zur Weiterleitung aus-



# Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen weiblich

zuhändigen. Meldebogen als Download auf der RhTB-Homepage bzw. den Turngau-Internetseiten (sofern vorhanden).

Alle weiteren Regelungen richten sich nach der Turnordnung und dem Leitfaden 2011 des DTB. Startpasskontrolle sollte bereits auf Gauebene erfolgen. Es werden stichprobenartig Kontrollen vorgenommen. Ohne gültigen Startpass ist eine Teilnahme nicht möglich - allenfalls „außer Konkurrenz“ und ohne Qualifikationsmöglichkeit.

## Rheinland-Pfalz-Meisterschaften im GT-Einzel AK 8-16 ä. Rheinland-Pfalz-Meisterschaften im GT-Einzel KM 2/3 Rheinland-Pfalz-Cup Pa

Datum: 21./22. Mai  
Ort: Haßloch  
Ausrichter: Pfälzer Turnerbund  
Veranstalter: Pfälzer Turnerbund im Auftrage der Turnverbände Rheinland-Pfalz

### Ausschreibung:

#### Meisterschaften - Einzel AK 8-16 ä.

WK	AK	Jahrgänge	Inhalte			
			Sprung	Barren	Balken	Boden
WK1	16 ä.	1995 ä.	CdP			
WK2	15	1996	CdP			
WK3	14	1997	CdP			
WK4	13	1998	CdP (Abgang C 0,5, B 0,3)			
WK5	12	1999	CdP (Abgang C 0,5, B 0,3)			
WK6	11	2000	P10b (H 1,25)	P10b	P10b	P10b
WK7	10	2001	P7b (H 1,2)	P9b	P9b	P9b
WK8	9	2002	P7b (H 1,1)	P8b	P8b	P8b
WK9	8	2003	P6b (H 0,9)	P7b	P7b	P6b

Pflicht- bzw. Kürprogramm an den vier Geräten. Bei eventuellen Änderungen der Wettkampfinhalte im Leitfaden Gerätturnen 2011 werden diese Wettkampfprogramme übernommen.

Sollten in einem Wettkampf ab der AK 12 älter weniger als 3 Turnerinnen starten werden 2 Jahrgänge zusammengelegt.

Beim Sprung sind bei den Pflichtübungen jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt in die Wertung. Ab CdP ist nur noch ein Sprung erlaubt. Am Sprung ist ab P7 der Tisch verpflichtend.

Am Barren P3-6 wird am unteren Barrenholm (mindestens Kopfhöhe) geturnt. P7-10 am Stufenbarren.

Der Balken ist 1,25m hoch. In der AK 8 ist eine „dicke Matte“ unter dem Balken erlaubt.

Es qualifizieren sich alle im WK 1-7 und im WK 8-9 müssen die Turnerinnen mind. 50 der möglichen Punktzahl (kann durch die LFW nach Gauentscheiden noch verändert werden) erreichen, aus dem jeweiligen Verbandsentscheid für die Rheinland-Pfalz-Meisterschaften. Startberechtigt sind Turnerinnen mit Einzelstartrecht für einen Mitgliedsverein des TVM. Startpasskontrolle erfolgt vor Wettkampfbeginn.

#### Meisterschaften - Einzel KM 2/3

##### KM 2/3

WK	AK	Jahrgänge	Inhalte			
			Sprung	Barren	Balken	Boden
WK10	16-29	1995 - 1982	Kür modifiziert 2			
WK11	12-15	1999 -1996	Kür modifiziert 2			
WK12	16-29	1995/82	Kür modifiziert 3			
WK13	14/15	1997/96	Kür modifiziert 3			
WK14	12/13	1999/98	Kür modifiziert 3			
WK15	10/11	2001/00	Kür modifiziert 3			

Bewertung KM: TE 0,0 Pkt., NE 0,1 Pkt., A 0,2 Pkt., B 0,4 Pkt., C 0,6 Pkt., D 0,8 Pkt.

#### Cup

WK	AK	Jahrgänge	Inhalte			
			Sprung	Barren	Balken	Boden
WK16	18-29	1993-1982	P7/8/9/10 (H 1,25)	P7-10	P7-10	P7-10
WK17	16/17	1995/1994	P7/8/9 (H 1,25)	P6-9	P6-9	P6-9
WK18	14/15	1997/96	P5a(1,1)/6a(1,1) 7a/8a (H 1,2)	P5-8	P5-8	P5-8
WK19	12/13	1999/98	P5a(1,1)/6b(0,9) 7b (H 1,1)	P5-7	P5-7	P5-7
WK20	10/11	2001/00	P5a(H 1,1)/5b(0,6) 6b(0,9)/7a/b (1,1)	P4-7	P4-7	P4-7

Pflichtprogramm Variante a bzw. Kürprogramm modifiziert nach CdP an den vier Geräten.

Sprung WK15 1,20m, KM 3 und 2 1,25m. Beim Sprung sind jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt dann in die Wertung. Bei den P-Übungen müssen bei beiden Versuchen der gleiche Sprung gezeigt werden.

#### Am Sprung ist der Tisch verpflichtend.

Am Barren P4-6 wird am unteren Barrenholm (Kopfhöhe) geturnt. P7-10 am Stufenbarren.

Der Balken hat folgende Höhe: P4/5 1,00m, P6-10 1,20m, KM 1,20m. Die Maximalzeit laut CdP von 90 Sekunden sollte am Balken nicht überschritten werden.

Bei eventuellen Änderungen der Wettkampfinhalte im Leitfaden Gerätturnen 2011 werden diese Wettkampfprogramme übernommen.

Es qualifizieren sich die besten drei Turnerinnen der jeweiligen Landesverbände in Rheinland-Pfalz. Startberechtigt sind Turnerinnen mit Einzelstartrecht für einen Mitgliedsverein der Turnverbände Rheinland-Pfalz.

#### Startpasskontrolle erfolgt vor Wettkampfbeginn.

Meldung: Bitte nur vollständige Meldungen mit Name, WK-Nummer, Jahrgang, Verein sowie komplette Siegerliste über die jeweiligen Landesfachwarte, an den Landesfachwart des Pfälzer Turnerbundes, Gerhard Liedy, Gerhard.Liedy@t-online.de. Die namentliche Meldung der Kampfrichter erfolgt über die Beauftragte Kampfrichterwesen TVM an die Beauftragte Kampfrichterwesen des Pfälzer Turnerbundes an Kerstin Brand, Kerstinbrand@t-online.de.

Meldeschluss: 5. Mai (Die namentliche Meldung wird per E-Mail auch noch einen Tag nach dem Qualifikationswettkampf

# Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen weiblich



akzeptiert. Die zahlenmäßige Meldung erfolgt pünktlich zum Meldeschluss.) Bei verspätet eingehender Meldung bzw. Nachmeldung ist doppeltes Meldegeld zu entrichten. Eine zahlenmäßige und namentliche Nachmeldung nach dem 11. Mai ist nicht mehr möglich.

**Meldegeld:** 7,00 EUR Die Berechnung des Meldegeldes erfolgt laut Meldung am Meldeschluss.

Turnerinnen, die nach der namentlichen Meldung zurücktreten, müssen trotzdem das Meldegeld bezahlen.

**Kampfrichter:** Jeder Verband meldet pro Wettkampftag geprüfte und geschulte Kampfrichter/innen: Je Landesturnverband 5 Kampfrichter (Ausrichter 6). Ohne diese Meldung ist ein Start der Turnerinnen des jeweiligen Verbandes nicht möglich.

**Kampfrichterkleidung:**

weißes Oberteil, schwarzes oder blaues Unterteil

**Sonstiges:** Alle weiteren Regelungen richten sich nach der Turnordnung des DTB.

Gültige Startpässe und Kampfrichterlizenzen sind am Wettkampftag vorzulegen.

Jede Kürmusik muss auf einer korrekt mit Name Verein beschrifteten CD CD/-R auf Track 1 oder (sollte aber die Ausnahme sein) am Anfang einer korrekt beschrifteten Kassette aufgespielt sein. Die Kassette muss auf den Beginn der Bodenmusik gespult sein. Beim Brennen der CD bitte nicht die höchstmögliche Geschwindigkeit wählen, denn sonst kann der CD-Player u.U. die CD nicht lesen. 2- bis 16-fach Speed ist ausreichend.

## TVM-Athletik-Cup

**Datum:** 27. August

**Ort:** Löff

**Ausrichter:** SV Hatzenport - Löff

**Veranstalter:** Turnverband Mittelrhein

**Ausschreibung:** Wettkampfinhalte der AK 6-14 laut Ausschreibung des TK - Gerätturnens, Ausschuss Leistungs- und Nachwuchsförderung weiblich, Athletische Normen und Komplexübungen, gültig ab 1.1.2007 (einschließlich aller Änderungen vom Februar 2010 und eventuell neuer Änderungen in 2011). Die Übung für die Bauchmuskulatur (Übung 5 - Rumpfbeugekraft) in der AK 6-9 entfällt. In der AK 10-14 entfällt die Übung „reaktive Sprungkraft“. In allen Altersklassen geht die Komplexübung doppelt (x2) in die Wertung ein.

**Teilnehmer:** Alle Turnerinnen des TVM AK 6 - 14.

**Meldung:** Die Meldungen erfolgen namentlich unter Angabe des Wettkampfes, des Geburtsdatums und des Vereins über den Gaufachwart an den LFW per E-Mail: geraettturnen-weiblich@tvm.org).

**Meldeschluss:** 17. August (AK-Turnerinnen, die am 2./3. April 2011 bei den NWEM turnten, nehmen verpflichtend teil. Eine Bestätigung der Teilnahme ist aber trotzdem zu schicken.) Bei verspätet eingehender Meldung bzw. Nachmeldung ist Meldegeld in Höhe von 6,00 EUR zu entrichten. Eine

Meldung nach dem 19. August ist nicht mehr möglich.  
**Meldegeld:** entfällt

**Sonstiges:** Mit der Meldung hat jeder teilnehmende Verein pro angefangene 4 Turnerinnen einen Trainer oder Übungsleiter namentlich zu benennen, die zur Abnahme des LVT zur Verfügung stehen, sonst erfolgt keine Annahme der Meldung. Teilnahme ist Zulassungsvoraussetzungen für die TVM - Nachwuchsmeisterschaft im Gerätturnen der Meisterklasse - Einzel am 02./03. April 2011. Für die Nominierung zum D- und E-Kader ist eine Teilnahme und ein entsprechendes Ergebnis notwendig.

## TVM-Technik-Cup

**Datum:** 03. September

**Ort:** Niederwöresbach

**Ausrichter:** KTV Nahetal-Niederwöresbach

**Veranstalter:** Turnverband Mittelrhein

**Ausschreibung:** Wettkampfinhalte der AK 6-14 laut Ausschreibung des TK - Gerätturnens, Ausschuss Leistungs- und Nachwuchsförderung weiblich, Technische Normen, gültig ab 1.1.2007 (einschließlich aller Änderungen vom Februar 2010 und eventuell neuer Änderungen in 2011). Die Abnahme erfolgt am Sprung, Boden, Stufenbarren, Balken, Trampolin und Schlaufen, entsprechend den Ausschreibungen.

**Teilnehmer:** Alle Turnerinnen des TVM AK 6 - 14.

**Meldung:** Die Meldungen erfolgen namentlich unter Angabe des Wettkampfes, des Geburtsdatums und des Vereins über den Gaufachwart an den Landesfachwart Gerätturnen weiblich per E-Mail: geraettturnen-weiblich@tvm.org)

**Meldeschluss:** 24. August Bei verspätet eingehender Meldung bzw. Nachmeldung ist Meldegeld in Höhe von 6,00 EUR zu entrichten. Eine Meldung nach dem 26. September ist nicht mehr möglich.

**Meldegeld:** entfällt

**Sonstiges:** Mit der Meldung hat jeder teilnehmende Verein pro angefangene 4 Turnerinnen einen Trainer, mit mindestens Lizenz C, namentlich zu benennen, die zur Abnahme der Technischen Normen zur Verfügung stehen, sonst erfolgt keine Annahme der Meldung. Gültige Startpässe sind am Wettkampftag vorzulegen. Für die AK 6 und 7 reicht eine Bestätigung zur Vereinszugehörigkeit. Diese Bestätigung sollte das Geburtsdatum der Turnerin enthalten. Für die Nominierung zum D- und E-Kader ist eine Teilnahme und ein entsprechendes Ergebnis notwendig.

## TVM - Nachwuchsmeisterschaften - Mannschaft - AK 6-11

### TVM - Meisterschaften - Mannschaft - KM 2/3

### TVM - Pokal - KM 4 und Pflicht a

### Landesliga A

### Qualifikation Rheinland-Pfalz- Nachwuchsmeisterschaften

### Mannschaft, Rheinland-Pfalz-Meisterschaften Mannschaft KM 2/3 und Rheinland-Pfalz-Pokal Pa

### Qualifikation Regionalliga und Bundes-Pokal



# Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen weiblich

Datum: 29./30. Oktober  
Ort: Hermeskeil  
Ausrichter: TV Hermeskeil 1911 e.V.  
Veranstalter: Turnverband Mittelrhein

## Ausschreibung:

### Nachwuchsmeisterschaften im Gerätturnen - Mannschaft - AK 6-11

WK1 Wettkampfinhalte der AK 9-11, Jg. 2000-02 uali Rh-Pf-NWM  
WK2 Wettkampfinhalte der AK 6-8, Jg. 2003 - 05 uali Rh-Pf-NWM

### Die Inhalte, die geturnt werden, entsprechen die der WEM:

AK	Jahrgänge	Inhalte	Barren	Balken	Boden
		<b>Sprung</b>			
11	2000	P10b (H 1,25)	P10b	P10b	P10b
10	2001	P7b (H 1,2)	P9b	P9b	P9b
9	2002	P7b (H 1,1)	P8b	P8b	P8b
8	2003	P6b (H 0,9)	P7b	P7b	P6b
7	2004	P5b (H 0,6)	P5b	P5b*	P5b
6	2005	P3a (0,9)	P3b	P3b	P3b

\* statt Rolle, flüchtiger Handstand

Pflichtprogramm an den vier Geräten. Die AK 6-10 kann an einem/mehreren Gerät/en auch bereits die P- Stufe der nächsten AK-Stufe zeigen. Am Barren kann bei der AK 7-11 auch eine niedrige P-Stufe (Wahlmöglichkeit innerhalb des Wettkampfes) geturnt werden. Sie unterliegen dann natürlich auch der Bewertung dieser AK-Stufe. Beim Sprung sind jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt dann in die Wertung. **Am Sprung ist ab P der Tisch verpflichtend.**

Am Barren P3-6 wird am unteren Barrenholm (mindestens Kopfhöhe) geturnt. P7-10 am Stufenbarren.

Der Balken ist 1,25m hoch. In der AK 6-8(P3-7) ist eine „dicke Matte“ unter dem Balken erlaubt.

Die drei besten Mannschaften pro Wettkampfklasse qualifizieren sich für die Rheinland-Pfalz-Nachwuchsmeisterschaften - Mannschaft.

Startberechtigt sind Turnerinnen mit Einzel- oder eingetragenen Zweitstartrecht für einen Mitgliedsverein des TVM. Zweitstartrecht muss im Pass vermerkt sein. Sperrfristen beachten.

### Startpasskontrolle erfolgt vor Wettkampfbeginn.

Für die AK 6 und 7 reicht eine Bestätigung zur Vereinszugehörigkeit. Diese Bestätigung sollte das Geburtsdatum der Turnerin enthalten. Bei der Qualifikation zu den Rheinland-Pfalz-Nachwuchsmeisterschaften ist dann aber ein Startpass erforderlich.

### Meisterschaften im Gerätturnen - Mannschaft - KM 2/3

WK	AK	Jahrgänge	Inhalte	Quali für:
WK3	12 älter	1999 ä.	Kür modifiziert 2	Rh-Pf-M KM 2/ Bundes-Pokal
WK4	offen		Kür modifiziert 3	Rh-Pf-M KM 3
WK5	17 j.	1994 j.	Kür modifiziert 3	Rh-Pf-M KM 3
WK6	14 j.	1997 j.	Kür modifiziert 3	Rh-Pf-M KM 3
WK7	12 j.	1999 j.	Kür modifiziert 3	Rh-Pf-M KM 3

## Pokal

### KM 4

WK7a 14 j. 1997 j. Kür modifiziert 4

Bewertung KM: TE 0,0 Pkt., NE 0,1 Pkt., A 0,2 Pkt., B 0,4 Pkt., C 0,6 Pkt., D 0,8 Pkt.

Pflicht a	AK	Jahrgänge	Sprung	Barren	Balken	Boden	Quali für:
WK8	offen		P7/8/9/10 (H 1,25)	P7-10	P7-10	P7-10	Rh-Pf-Pokal
WK9	16 j.	1995 j.	P6a (1,1) 7a/8a/9a (H 1,25)	P6-9	P6-9	P6-9	Rh-Pf-Pokal
WK10	12 j.	1999 j.	P5a (1,1) /6b (0,9) 6a (H 1,1) /7a/b (1,2)	P5-7	P5-7	P5-7	Rh-Pf-Pokal

Pflichtprogramm Variante a bzw. Kürprogramm modifiziert nach CdP an den vier Geräten.

Sprung KM 4 1,20m, KM 3 und 2 1,25m. Beim Sprung sind jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt dann in die Wertung. Bei den P-Übungen müssen bei beiden Versuchen der gleiche Sprung gezeigt werden.

### Am Sprung ist der Tisch verpflichtend.

Am Barren P4-6 wird am unteren Barrenholm (Kopfhöhe) geturnt. P7-10 am Stufenbarren.

Der Balken hat folgende Höhe: P5 1,00m, P6-10 1,20m, KM 1,20m. Die Maximalzeit laut CdP von 90 Sekunden sollte am Balken nicht überschritten werden.

Es qualifizieren sich die zwei erstplatzierten Mannschaften je Wettkampfklasse beim jeweiligen Gaumentscheid. In den Wettkämpfen 7a und 8 qualifiziert sich dagegen nur je eine Mannschaft.

Die Mannschaft muss aus denjenigen Turnerinnen bestehen, die sich auf Gauebene qualifiziert haben

(Nachweis durch Siegerliste). Es kann nur ein Austausch von höchstens zwei Turnerinnen erfolgen, die in keiner Mannschaft beim Gaumentscheid geturnt bzw. sich qualifiziert haben.

Startberechtigt sind Turnerinnen mit Einzel- oder eingetragenen Zweitstartrecht für einen Mitgliedsverein des TVM. Zweitstartrecht muss im Pass vermerkt sein. Sperrfristen beachten.

### Startpasskontrolle erfolgt vor Wettkampfbeginn.

Turnerinnen, die im laufenden Jahr im Spitzensportbereich auf Bundesebene (BL, RL, D-Pokal, Kaderqualifikation, DJM, DM) gestartet sind, sowie Kaderturnerinnen (C, B, A, S-Kader) sind nicht in den Wken 4-10 startberechtigt. Eine Zulassung dieser Turnerinnen im WK 3 regelt der Leitfaden des DTB 2011. Ebenso kann eine Turnerin im Wk-jahr (Kalenderjahr) nur an einer Liga-Mannschaftsmeisterschaft teilnehmen.

Die besten drei Mannschaften je Wettkampfklasse der Wettkämpfe 1,2,9,10 und die besten zwei Mannschaften der Wettkämpfe 3-8 qualifizieren sich dann für die Rheinland-Pfalz-Wettkämpfe.

Mannschaft: WK 1 2 und 4-10: 7 - 4 - 3 WK 3: 8 - 5 - 4

Eine Mannschaft darf nicht komplett in eine jüngere Altersklasse passen. Dieser Passus gilt für WK 7a nicht. WK 4 Jg. offen: Hier muss mindestens eine Turnerin an zwei Geräten 18 Jahre und älter turnen. WK 8 Jg. offen: Hier muss mindestens eine Turnerin an zwei Geräten 17 Jahre und älter turnen.

# Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen weiblich



## Landesliga A (WK 11)

- Mannschaftsstärke: 8 Turnerinnen bilden eine Mannschaft, 5 Turnerinnen pro Gerät, 4 in die Wertung
- Die Turnerinnen müssen im Wettkampfsjahr mindestens das 11. Lebensjahr vollenden.
- Pro Mannschaft ist 1 Ausländerin startberechtigt (sie muss mind. 16 Jahre alt sein)
- Die Startreihenfolge ist zwei Stunden vor Wettkampfbeginn der Wettkampfleitung vorzulegen.
- Muss eine Turnerin aufgrund von Verletzungen den Wettkampf beenden, ist ein Einwechseln einer Turnerin nur an der Stelle der ausgefallenen Turnerin möglich.
- Wettkampfinhalte: Kür-4-Kampf nach KM 2, Sprung 1,25m, nur Tisch erlaubt.
- Beim Sprung sind jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt dann in die Wertung.
- Der Balken ist 1,25m hoch.
- Bei allen Abgängen und am Pferdsprung sind zusätzlich Landematten (bis 10 cm) vorgeschrieben. Bei weiteren Elementen wird die Benutzung von Zusatzmatten (10 cm) empfohlen.
- Vereine: Es sind nur Vereine startberechtigt, die Mitglieder des DTB sind.

Die beiden erstplatzierten Vereine der Landesliga A qualifizieren sich für die Qualifikation zur Regionalliga, wo dann KM 1 geturnt wird.

Eine Landesliga wird nur durchgeführt, wenn sich die gemeldeten Mannschaften für die Regionalliga qualifizieren wollen.

## Qualifikation Bundes-Pokal

Es qualifiziert sich die beste Mannschaft vom WK 3.

Mit der Meldung sind je Wettkampfklasse ein Kampfrichter für den Bundes-Pokal anzugeben, die an beiden Tagen der Wettkämpfe zur Verfügung stehen.

**Meldung:** Die Meldungen sind unter Verwendung der TVM-Meldebögen und Beifügung der vollständigen offiziellen Ergebnisliste der Qualifikation sowie einer namentlichen Meldung des Kampfrichters vom Gaufachwart vorzunehmen. Eine Meldung ohne namentliche Kampfrichtermeldung wird nicht angenommen!!! Bitte nur vollständige Meldungen mit Name, Wk-Nummer, Jahrgang, Verein an den LFW per E-Mail: geraettturnen-weiblich@tvm.org)

**Kampfrichter:** Jeder Verein muss pro Mannschaft einen geprüften Kampfrichter mit entsprechender Lizenz (B-Lizenz, KM-Lizenz, C Lizenz) stellen und mit der Meldung namentlich benennen. Meldungen von Vereinen ohne Kampfrichter werden nicht angenommen und nicht zum Wettkampf zugelassen.

Gültige Kampfrichterlizenzen sind am Wettkampftag vorzulegen. Mannschaften, die nach der namentlichen Meldung zurücktreten, müssen ihren Kampfrichter trotzdem stellen.

**Kampfrichterkleidung:**  
weißes Oberteil, schwarzes oder blaues Unterteil

**Sonstiges:** Bei eventuellen Änderungen der Wettkampfinhalte im Leitfaden Gerätturnen 2011 (Regionalliga, Bundesliga, Bundes-Pokal, usw.) werden diese Wettkampfprogramme übernommen.

Gültige Startpässe und Kampfrichterlizenzen sind am Wettkampftag vorzulegen. Bei Mannschaften die Regelungen zum Erst- und Zweitstartrecht beachten. Alle weiteren Regelungen richten sich nach der Turnordnung des DTB.

Die Mannschaften müssen sich nach der Rahmenordnung des DTB (Startrecht -Stand Feb.2001), der Fachgebietsordnung Gerätturnen DTB (Stand 12.6.2002 Punkt 4.4) sowie weiteren vom Fachausschuss Gerätturnen DTB veröffentlichen Regelungen (Leitfaden/Passordnung etc.) zusammensetzen. Jede Turnerin kann in einem Kalenderjahr nur an einem Mannschaftswettkampf auf Bundesebene (Mehrkampf GT) teilnehmen. Ausgenommen ist der Deutschland-Pokal der Mehrkämpfe, da dieser zum separaten Fachgebiet der Mehrkämpfe gehört.

Jede Kürmusik muss auf einer korrekt mit Name Verein beschrifteten CD CD/-R auf Track 1 oder (sollte aber die Ausnahme sein) am Anfang einer korrekt beschrifteten Kassette aufgespielt sein. Die Kassette muss auf den Beginn der Bodenmusik gespult sein. Beim Brennen der CD bitte nicht die höchstmögliche Geschwindigkeit wählen, denn sonst kann der CD-Player u.U. die CD nicht lesen. 2- bis 16-fach Speed ist ausreichend.

**Meldeschluss:** 13. Oktober (Die namentliche Meldung wird nur in Ausnahmefällen per E-Mail auch noch einen Tag nach dem Qualifikationswettkampf akzeptiert. Die zahlenmäßige Meldung erfolgt pünktlich zum Meldeschluss.) Bei verspätet eingehender Meldung bzw. Nachmeldung ist doppeltes Meldegeld zu entrichten. Eine zahlenmäßige und namentliche Nach- oder Ummeldung nach dem 19. Oktober ist nicht mehr möglich.

**Meldegeld:** 26,00 EUR pro Mannschaft am Wettkampftag zu entrichten.

Die Berechnung des Meldegeldes erfolgt laut Meldung am Meldeschluss. Mannschaften, die nach der namentlichen Meldung zurücktreten, müssen trotzdem das Meldegeld bezahlen.

## Rheinland-Pfalz- Nachwuchsmeisterschaften im Gerätturnen - Mannschaft - AK 6-11

### Rheinland-Pfalz-Meisterschaften im Gerätturnen - Mannschaft - KM 2/3

#### Rheinland-Pfalz-Pokal - Pflicht a

**Datum:** 26./27. November

**Ort:** n.n.

**Ausrichter:** Rhein Hessischer Turnerbund

**Veranstalter:** Rhein Hessischer Turnerbund im Auftrage der Turnverbände Rheinland-Pfalz

# Gerättturnen Meisterklasse, allgemeines Gerättturnen, Kampfrichterwesen weiblich

## Ausschreibung:

### Nachwuchsmeisterschaften im Gerättturnen - Mannschaft - AK 6-11

WK1	Wettkampfinhalte der AK 9-11, Jg. 2000-02
WK2	Wettkampfinhalte der AK 6-8, Jg. 2003 - 05

### Die Inhalte, die geturnt werden, entsprechen die der WEM:

AK	Jahrgänge	Inhalte			
		Sprung	Barren	Balken	Boden
11	2000	P10b (H 1,25)	P10b	P10b	P10b
10	2001	P7b (H 1,2)	P9b	P9b	P9b
9	2002	P7b (H 1,1)	P8b	P8b	P8b
8	2003	P6b (H 0,9)	P7b	P7b	P6b
7	2004	P5b (H 0,6)	P5b	P5b*	P5b
6	2005	P3a (0,9)	P3b	P3b	P3b

\* statt Rolle, flüchtiger Handstand

Pflichtprogramm an den vier Geräten. Die AK 6-10 kann an einem/mehreren Gerät/en auch bereits die P- Stufe der nächsten AK-Stufe zeigen. Am Barren kann bei der AK 7-11 auch eine niedrige P-Stufe (Wahlmöglichkeit innerhalb des Wettkampfes) geturnt werden. Sie unterliegen dann natürlich auch der Bewertung dieser AK-Stufe.

Beim Sprung sind jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt dann in die Wertung.

Am Sprung ist ab P7 der Tisch verpflichtend.

Am Barren P3-6 wird am unteren Barrenholm (mindestens Kopfhöhe) geturnt. P7-10 am Stufenbarren.

Der Balken ist 1,25m hoch. In der AK 6-8(P3-7) ist eine „dicke Matte“ unter dem Balken erlaubt.

Die drei besten Mannschaften pro Wettkampfklasse aus den jeweiligen Landesentscheiden qualifizieren sich für die Rheinland-Pfalz-Nachwuchsmeisterschaften - Mannschaft.

Startberechtigt sind Turnerinnen mit Einzel- oder eingetragenen Zweitstartrecht für einen Mitgliedsverein der Turnverbände Rheinland-Pfalz. Zweitstartrecht muss im Pass vermerkt sein. Sperrfristen beachten.

### Startpasskontrolle erfolgt vor Wettkampfbeginn.

### Meisterschaften im Gerättturnen - Mannschaft - KM 2/3

WK	AK	Jahrgänge	Inhalte				
			Sprung	Barren	Balken	Boden	
WK3	12	älter 1999	ä.	Kür modifiziert 2			
WK4	offen			Kür modifiziert 3			
WK5	17 j.	1994 j.		Kür modifiziert 3			
WK6	14 j.	1997 j.		Kür modifiziert 3			
WK7	12 j.	1999 j.		Kür modifiziert 3			

Bewertung KM: TE 0,0 Pkt., NE 0,1 Pkt., A 0,2 Pkt., B 0,4 Pkt., C 0,6 Pkt., D 0,8 Pkt.

## Pokal

Pflicht a			Sprung	Barren	Balken	Boden
WK8	offen		P7/8/9/10 (H 1,25)	P7-10	P7-10	P7-10
WK9	16 j.	1995 j.	P6a (1,1) 7a/8a/9a (H 1,25)	P6-9	P6-9	P6-9
WK10	12 j.	1999 j.	P5a (1,1)/6b (0,9) 6a (H 1,1)/7a/b (1,2)	P5-7	P5-7	P5-7

Pflichtprogramm Variante a bzw. Kürprogramm modifiziert nach CdP an den vier Geräten. Sprung KM 3 und 2 1,25m

Beim Sprung sind jeweils 2 Sprünge erlaubt. Der bessere kommt dann in die Wertung. Bei den P-Übungen müssen bei beiden Versuchen der gleiche Sprung gezeigt werden. **Am Sprung ist der Tisch verpflichtend.** Am Barren P4-6 wird am unteren Barrenholm (Kopfhöhe) geturnt. P7-10 am Stufenbarren.

Der Balken hat folgende Höhe: P5 1,00m, P6-10 1,20m, KM 1,20m. Die Maximalzeit laut CdP von 90 Sekunden sollte am Balken nicht überschritten werden.

Es qualifizieren sich die drei erstplatzierten Mannschaften je Wettkampfklasse im WK 1,2,9,10 und die zwei erstplatzierten Mannschaften je Wettkampfklasse im WK 3-8 beim jeweiligen Landesentscheid. Die Mannschaft muss aus denjenigen Turnerinnen bestehen, die sich auf Gau- und Landesebene qualifiziert haben (Nachweis durch Siegerliste). Es kann nur einen Austausch von höchstens zwei Turnerinnen erfolgen, die in keiner Mannschaft beim Gau- und Landesentscheid geturnt bzw. sich qualifiziert haben.

Startberechtigt sind Turnerinnen mit Einzel- oder eingetragenen Zweitstartrecht für einen Mitgliedsverein der Turnverbände Rheinland-Pfalz. Zweitstartrecht muss im Pass vermerkt sein. Sperrfristen beachten.

### Startpasskontrolle erfolgt vor Wettkampfbeginn.

Turnerinnen, die im laufenden Jahr im Spitzensportbereich auf Bundesebene (BL, RL, D-Pokal, Kaderqualifikation, DJM, DM) gestartet sind, sowie Kaderturnerinnen (C, B, A, S-Kader) sind nicht in den Wken 4-10 startberechtigt. Eine Zulassung dieser Turnerinnen im WK 3 regelt der Leitfaden des DTB 2011. Ebenso kann eine Turnerin im Wk-jahr (Kalenderjahr) nur an einer Liga-Mannschaftsmeisterschaft teilnehmen.

Mannschaft: WK 1 2 und 4-10: 7 - 4 - 3 WK 3: 8 - 5 - 4  
Eine Mannschaft darf nicht komplett in eine jüngere Altersklasse passen.

WK 4 Jg. offen: Hier muss mindestens eine Turnerin 18 Jahre und älter an zwei Geräten turnen.

WK 8 Jg. offen: Hier muss mindestens eine Turnerin 17 Jahre und älter an zwei Geräten turnen.

Sonstiges: Bei eventuellen Änderungen der Wettkampfinhalte im Leitfaden Gerättturnen 2011 werden diese Wettkampfprogramme übernommen.

Gültige Startpässe und Kampfrichterlizenzen sind am Wettkampftag vorzulegen.

Bei Mannschaften die Regelungen zum Erst- und Zweitstartrecht beachten.

Alle weiteren Regelungen richten sich nach der Turnordnung des DTB.

Die Mannschaften müssen sich nach der Rahmenordnung des DTB (Startrecht -Stand Feb.2001), der Fach-

# Gerätturnen Meisterklasse, allgemeines Gerätturnen, Kampfrichterwesen weiblich



gebietsordnung Gerätturnen DTB (Stand 12.6.2002 Punkt 4.4) sowie weiteren vom Fachausschuss Gerätturnen DTB veröffentlichten Regelungen (Leitfaden/Passordnung etc.) zusammensetzen. Jede Turnerin kann in einem Kalenderjahr nur an einem Mannschaftswettkampf auf Bundesebene (Mehrkampf GT) teilnehmen. Ausgenommen ist der Deutschland-Pokal der Mehrkämpfe, da dieser zum separaten Fachgebiet der Mehrkämpfe gehört.

Jede Kirmusik muss auf einer korrekt mit Name Verein beschrifteten CD CD/-R auf Track 1 oder (sollte aber die Ausnahme sein) am Anfang einer korrekt beschrifteten Kassette aufgespielt sein. Die Kassette muss auf den Beginn der Bodenmusik gespult sein. Beim Brennen der CD bitte nicht die höchstmögliche Geschwindigkeit wählen, denn sonst kann der CD-Player u.U. die CD nicht lesen. 2- bis 16-fach Speed ist ausreichend.

Meldeschluss: 10. November (mindestens zahlenmäßige Meldung)

Die namentliche Meldung wird auch noch einen Tag nach dem jeweiligen Landesentscheid, wenn dieser nach dem Meldeschluss stattfindet, per E-Mail akzeptiert. Eine zahlenmäßige und namentliche Nach- oder Ummeldung nach dem 16. November ist nicht mehr möglich.

Meldung: Die Meldung erfolgt unter Angabe von Namen, Vornamen, Jahrgang aller Turnerinnen der Mannschaft(en), des Vereinsnamens und Wettkampfnummer an die Geschäftsstelle des Rhein Hessischen Turnbundes, Rainer Jordan, oeffentlichkeit@rhtb.org. Die Kampfrichter bitte auch an Rainer Jordan melden.

Eine vollständige Ergebnisliste des Landesentscheides ist der Meldung unbedingt beizufügen.

Kampfrichter: Jeder Verein muss pro Mannschaft einen geprüften und geschulten Kampfrichter mit entsprechender Lizenz (B-Lizenz, KM-Lizenz, C Lizenz) stellen und mit der Meldung namentlich benennen. Eine Meldung ohne namentliche Kampfrichtermeldung wird nicht angenommen!!!

Gültige Kampfrichterlizenzen sind am Wettkampftag vorzulegen. Mannschaften, die nach der namentlichen Meldung zurücktreten, müssen ihren Kampfrichter trotzdem stellen. (Änderungen vorbehalten)

Kampfrichterkleidung:

weißes Oberteil, schwarzes oder blaues Unterteil

Meldegeld: 25,00 EUR pro Mannschaft das Meldegeld ist laut Meldung am Wettkampftag zu zahlen.

Die Berechnung des Meldegeldes erfolgt laut Meldung am Meldeschluss. Mannschaften, die nach der namentlichen Meldung zurücktreten, müssen trotzdem das Meldegeld bezahlen.

## Lehrarbeit TVM

**D-Kader/E-Kader** Termine werden gesondert bekannt gegeben.

**Trainerfortbildung C** a.) Datum: 1. Halbjahr  
Uhrzeit: 10.00-17.00 Uhr  
Ort: n.n.  
Teilnahmegebühr: 10,00 EUR

b.) Datum: 2. Halbjahr  
Uhrzeit: 10.00 - 17:00 Uhr  
Ort: n.n.  
Teilnahmegebühr: 10,00 EUR  
Interessenten bitte näheres erfragen.

## Lehrarbeit der Turngaue

### Leistungslehrgang für Turnerinnen (Maßnahme des Turngaues Rhein-Westerwald)

P-Stufen, A-Version, P3 - P7

Datum: 22. Januar

Zeit: 09.30 - 14.00 Uhr (5 LE)

Ort: Ransbach-Baumbach,  
Gerätehalle der Erich-Kästner-Schule

Teilnehmer: Trainer und Turnerinnen, Jg. 2003 und älter (max. 3 Turnerinnen pro Verein)

Leitung: Astrid Kurz

Referent: Nevsim Parlak, Astrid Kurz

Meldeschluss: 10. Januar

Gebühr: TG Rhein-Westerwald frei,  
aus anderen Gauen 15,00 EUR

Meldung an Astrid Kurz, E-Mail: astrid.kurz@gmx.de

### Leistungslehrgang für Turnerinnen (Maßnahme des Turngaues Rhein-Westerwald)

Erarbeitung der Stufen P5 - P9 an den Geräten

Datum: 13. Februar

Zeit: 09.30 - 13.00 Uhr (4 LE)

Ort: Ransbach-Baumbach,  
Gerätehalle der Erich-Kästner-Schule

Teilnehmer: Trainer und Turnerinnen, Jg. 2001 und älter (max. 3 Turnerinnen pro Verein)

Leitung: Astrid Kurz

Referent: Nevsim Parlak / Valentina Weihrauch

Meldeschluss: 15. Januar

Gebühr: 10,00 EUR/Verein

Meldung an Astrid Kurz, E-Mail: astrid.kurz@gmx.de

## Kampfrichterwesen weiblich des TVM

### Fortbildung Kür

Datum: 29. Januar  
 Zeit: 13.00 - 18.00 Uhr  
 Ort: Koblenz, Sportschule Oberwerth, Lortzingstr. 1a  
 Teilnehmer: Kampfrichter/innen mit A und B - Lizenz  
 Lehrwartin: Maike Salewski  
 Leitung: Elke Brannekämper  
 Meldung an: Elke Brannekämper  
 Meldeschluss: 16. Januar

### Fortbildungen P-Stufen und KM

Datum: 19. Februar  
 Zeit: 10.00 - 12.30 Uhr / 13.30 - 18.00 Uhr  
 Ort: Koblenz, Sportschule Oberwerth, Lortzingstr. 1a  
 Teilnehmer: Kampfrichter/innen mit A/B und C - Lizenz  
 Lehrwartin: Betina Peterknecht  
 Leitung: Elke Brannekämper  
 Meldung an: Elke Brannekämper  
 Meldeschluss: 05. Februar

### euausbildung C-Lizenz Bereich P-Stufen

Datum: 18.-20. März  
 Zeit: 18.03. ca. 17.00 Uhr bis 20.03. ca. 14.00 Uhr  
 Ort: Koblenz, Mozartplatz, Hörsaal H15  
 Teilnehmer: alle die die Voraussetzungen erfüllen, Turnerinnen, Trainer, ÜL  
 Voraussetzung: Kenntnisse der Kürzschrift erwünscht, Praktische Erfahrungen im Werten von P-Stufen  
 Lehrwartin: Betina Peterknecht / Elke Brannekämper  
 Leitung: Elke Brannekämper  
 Meldung an: Elke Brannekämper  
 Meldeschluss: 05. März  
 Gebühr: 25,00 EUR, diese ist am ersten Lehrgangstag in bar zu entrichten.  
 Sonstiges: Übernachtung im Doppelzimmer (ggf. auch im Einzelzimmer) ist auf Anfrage in der Turnschule Oberwerth möglich. Preise und Kapazitäten können unter 0261/135-152 erfragt werden.

## Kampfrichterfortbildungen der Turngaue

### Kampfrichter D-Lizenz wbl. euausbildung 1 (Maßnahme des Turngaues Rhein-Westerwald)

Datum: 15. Januar

Zeit(UE): 09.30 - 16.00 Uhr (8 LE)  
 Ort/Halle: N.N.  
 Inhalt: Neuausbildung 1. Teil, P-Stufen, Boden, Balken  
 Teilnehmerkreis:  
 Interessierte ab JG 1996 und älter  
 Leitung: Ursel Wohnig  
 Referent/in: Sarah Meurer  
 Gebühr: TG RWW frei, aus anderen Gauen 15,00 EUR  
 Meldeschluss: 03. Januar  
 Meldung an: Ursel Wohnig, uwohnig@online.de

### Kampfrichter D-Lizenz wbl. euausbildung 2 (Maßnahme des Turngaues Rhein-Westerwald)

Datum: 06. Februar  
 Zeit (UE): 09.30 - 16.00 Uhr (8 LE)  
 Ort/Halle: N.N.  
 Inhalt: Neuausbildung 2. Teil, Sprung, Stufenbarren  
 Teilnehmerkreis:  
 Wie Teil 1 RW 5  
 Leitung: Ursel Wohnig  
 Referent/in: Sarah Meurer  
 Gebühr: TG RWW frei, aus anderen Gauen 15,00 EUR  
 Meldeschluss: 23. Januar  
 Meldung an: Ursel Wohnig, uwohnig@online.de

### Kampfrichterfortbildung wbl., D-Lizenz (Maßnahme des Turngaues Rhein-Westerwald)

Datum: 26. Februar  
 Zeit(UE): 09.30 - 16.00 Uhr (8 LE)  
 Ort/Halle: N.N.  
 Inhalt: Neuerungen in den P-Stufen  
 Teilnehmerkreis:  
 Kampfrichter mit mind. D-Lizenz  
 Leitung: Ursel Wohnig  
 Referent/in: Sarah Meurer  
 Gebühr: TG RWW frei, aus anderen Gauen 15,00 EUR  
 Meldeschluss: 12. Februar  
 Meldung an: Ursel Wohnig, uwohnig@online.de

### Kampfrichterfortbildung wbl., D-Lizenz (Maßnahme des Turngaues Rhein-Westerwald)

Datum: 19. März  
 Zeit (UE): 09.30 - 16.00 Uhr (8 LE)  
 Ort/Halle: N.N.  
 Inhalt: Einführung in Kür modifiziert  
 Teilnehmerkreis:  
 Kampfrichter mit D-Lizenz  
 Leitung: Ursel Wohnig  
 Referent/in: Sarah Meurer  
 Gebühr: TG RWW frei, aus anderen Gauen 15,00 EUR  
 Meldeschluss: 01. März  
 Meldung an: Ursel Wohnig, uwohnig@online.de

## Rhythmische Sportgymnastik

### Fachwartin TVM:

Gerhild Fischer, Fröbelstr. 21, 56203 Höhr-Grenzhausen,  
T 02624-2372, Fax 02624-8470, E-Mail: rsg@tvm.org

### Kampfrichterwartin TVM:

Gerhild Fischer, s.o.

### Fachwartin RhTB:

Alice Habermeier, Portugieserstr. 23, 55278 Mommenheim,  
T 06138/1618, E-Mail: alice.habermeier@t-online.de

### Kampfrichterwartin RhTB:

Irina Delcheva-Mehring, Limburgerstr. 9, 70736 Fellbach-Schmidlen,  
T 0711/5108813

### 1. DTB-Wettkämpfe

16./17. April	Süddeutsche Meisterschaften WK Einzel n.n.
07./08. Mai	DM und DJM Einzel n.n.
21./22. Mai	Deutschland-Cup WK Einzel n.n.
24.-29. Mai	Europameisterschaft n.n.
28./29. Mai	Bundesfinale SLK Einzel n.n.
18./19. Juni	DM, DJM, Bundesfinale SLK, Deutschland-Cup WK Gruppen n.n.
n.n.	Grand Prix Berlin
17. September	DTB-Turn-Talentschulen-Pokal n.n.
13.-25. September	Weltmeisterschaft Montpellier

### 2. TVM-Wettkämpfe und -Veranstaltungen

19./20. Februar	empfohlener Termin für die Gau-Meisterschaften
26. Februar	Mittelrhein-Meisterschaften Einzel und Gruppen Koblenz
n.n.	Kinderbestenwettkämpfe n.n.
n.n.	Kadertest Koblenz
n.n.	Nikolaus-Turnier Koblenz

### 3. DTB-Lehrgänge und -Tagungen

15./16. Oktober	Tagung der Landeskampfrichterwarte Frankfurt
29./30. Oktober	Tagung der Landesfachwarte Frankfurt

### 4. TVM-Lehrarbeit

D-Kader: montags, dienstags, donnerstags, freitags  
Sporthalle Oberwerth

Ferienlehrgänge: 18.04. - 30.04., 25.07.-06.08.

### 5. TVM-Trainer- und Kampfrichterlehrgänge

n.n. Trainer- und Kampfrichter-Fortbildung

## Veranstaltungen

### TVM-Meisterschaften - Einzel und Gruppe

Datum:	26. Februar
Ort:	Koblenz
Veranstalter:	Turnverband Mittelrhein
Ausrichter:	n.n.
Ausschreibung:	
Wettkampf 01:	KLK 7, Jg 2004 und jünger, Zweikampf, Küren ohne Handgerät und mit 1 Handgerät nach Wahl
Wettkampf 02:	KLK 8, Jg 2003 und 2004, Dreikampf, Küren ohne Handgerät, mit Seil und Ball
Wettkampf 03:	KLK 9, Jg 2002 und 2003, Dreikampf, Küren ohne Handgerät, mit Reifen und Keulen
Wettkampf 04:	KLK 10, Jg 2001 und 2002, Dreikampf, Küren ohne Handgerät, mit Seil und Reifen
Wettkampf 10:	SLK AK 10, Jg 2001, Vierkampf, Küren ohne Handgerät, mit Seil, Reifen und Band
Wettkampf 11:	SLK AK 11, Jg 2000, Vierkampf, Küren ohne Handgerät, mit Seil, Reifen und Band
Wettkampf 12:	SLK AK 12, Jg 1999, Vierkampf, Küren ohne Handgerät, mit Seil, Reifen und Band
Wettkampf 13:	SWK, Jg 1999 bis 2001, Dreikampf, Küren ohne Handgerät, mit Seil und Reifen
Wettkampf 14:	JLK AK 13, Jg 1998, Vierkampf, Küren mit Reifen, Ball, Keulen und Band
Wettkampf 15:	JLK AK 14, Jg 1997, Vierkampf, Küren mit Reifen, Ball, Keulen und Band
Wettkampf 16:	JLK AK 15, Jg 1996, Vierkampf, Küren mit Reifen, Ball, Keulen und Band
Wettkampf 17:	JWK, Jg 1996 bis 1998, Dreikampf, Küren mit Reifen, Keulen und Band
Wettkampf 18:	MK, Jg 1995 und älter, Vierkampf, Küren mit Reifen, Ball, Keulen und Band
Wettkampf 19:	FWK, Jg 1995 und älter, Dreikampf, Küren mit Reifen, Ball und Band
Wettkampf 20:	Gruppe KLK 8, Jg 2003 und jünger, 5 oder mehr Gymnastinnen o.H.
Wettkampf 21:	Gruppe KLK 8-10, Jg 2001 bis 2003, 5 Gymnastinnen mit 3 gleichen Geräten
Wettkampf 22:	Gruppe SLK, Jg 1999 bis 2001, 5 Gymnastinnen mit 5 Reifen
Wettkampf 23:	Gruppe SWK, Jg 1999 bis 2001, 5 Gymnastinnen mit 5 Reifen
Wettkampf 24:	Gruppe JLK, Jg 1996 bis 1999, 5 Gymnastinnen mit 5 Seilen
Wettkampf 25:	Gruppe JWK, Jg 1996 bis 1999, 5 Gymnastinnen mit 5



# Rhythmische Sportgymnastik

- Seilen oder 5 Bällen
- Wettkampf 26: Gruppe MK, Jg 1996 und älter, 5 Gymnastinnen mit  
a) 5 Bällen, b) 2 Reifen / 3 Bändern
- Wettkampf 27: Gruppe FWK, Jg 1996 und älter, 5 Gymnastinnen mit 5  
Seilen oder 5 Paar Keulen oder Seilen und  
Keulen (2 / 3 oder 3 / 2)
- Anmerkung: Gemeldet werden können 7 Gymnastinnen sie müssen  
nicht alle eingesetzt werden.  
Es werden 2 Durchgänge geturnt.
- Anforderungen:- Empfehlungen für Wettkampfanforderungen Kinder  
klassen im DTB 2011  
- Wertungsvorschriften Wettkampfklasse im DTB 2009  
- Internationaler Code de pointage 2009 - 2012
- Teilnehmerinnen:  
Einzelgymnastinnen und Gruppen, die sich bei ihren  
Vereins- oder Gaumeisterschaften qualifiziert haben.
- Kampfrichterinnen:  
werden durch die Landeskampfrichterwartin RSG ein-  
gesetzt
- Meldegebühr: 7,00 EUR pro Einzelgymnastin,  
25,00 EUR pro Gruppe
- Meldeschluss: 21. Februar
- Meldung: an die Landesfachwartin RSG, Gerhild Fischer, Fröbel-  
straße 21, 56203 Höhr-Grenzhausen, T 02624/2372, Fax  
02624/8470, e-Mail: petfishoe@aol.com
- Formblätter: 4-fach bis 21. Februar an die Landeskampfrichterwartin  
RSG
- Musik: Jede Kürmusik muss auf einer korrekt beschrifteten CD  
oder am Anfang einer korrekt beschrifteten Kassette  
aufgespielt sein.
- Sonstiges: Die besten Gymnastinnen der Wettkämpfe 10 bis 19  
und 22 bis 27 qualifizieren sich für die Teilnahme an den  
Meisterschaften auf Regional- und Bundesebene.  
Startpässe und Gesundheitszeugnisse müssen vorge-  
legt werden.

## TVM-Kinderbestenwettkämpfe - Einzel

- Datum: n.n.
- Ort: n.n.
- Veranstalter: Turnverband Mittelrhein
- Ausrichter: n.n.
- Ausschreibung:  
Wettkampf 01: KLK 5, Jg 2006 und jünger,  
Wettkampf 02: KLK 6, Jg 2005,  
Wettkampf 03: KLK 7, Jg 2004,  
Wettkampf 04: KLK 8, Jg 2003,  
Wettkampf 05: KLK 9, Jg 2002,  
Ausschreibungen für alle Wettkämpfe:  
- Wahlweise Kür ohne Handgerät  
- Oder Zweikampf, Kürren ohne Handgerät und mit 1 Handge-  
rät nach Wahl
- Anforderungen: Empfehlungen für Wettkampfanforderungen Kinder-  
klassen im DTB 2011
- Kampfrichterinnen:

werden durch die Landeskampfrichterwartin RSG ein-  
gesetzt

- Meldegebühr: 4,00 EUR pro Einzelgymnastin
- Meldeschluss: n.n.
- Meldung: an die Landesfachwartin RSG, Gerhild Fischer, Fröbel-  
straße 21, 56203 Höhr-Grenzhausen,  
T 02624/2372, Fax 02624/8470, e-Mail:  
petfishoe@aol.com
- Formblätter: Wertung erfolgt ohne D1- und D2-Note, also ohne  
Formblätter

## TVM-Kadertest

- Datum: n.n.
- Ort: Koblenz
- Veranstalter: Turnverband Mittelrhein
- Ausrichter: ---
- Ausschreibung: siehe DTB-Testprogramm
- Teilnehmer: alle Bewerberinnen um die Aufnahme in den D-Kader  
2011/12

## ikolaus-Turnier

- Datum: November oder Dezember 2011
- Ort: Koblenz
- Veranstalter: Turnverband Mittelrhein
- Ausrichter: SF Höhr-Grenzhausen
- Ausschreibung: n.n.
- Teilnehmerinnen:  
Vereine auf Einladung
- Kampfrichterinnen:  
Jeder eingeladene Verein meldet namentlich eine  
Kampfrichterin.
- Kosten: Jeder Verein trägt seine Reisekosten selbst.
- Meldegebühr: 6,00 EUR pro Gymnastin
- Meldeschluss: November 2011
- Meldung: an die Landesfachwartin RSG, Gerhild Fischer, Fröbel-  
straße 21, 56203 Höhr-Grenzhausen,  
T 02624/2372, Fax 02624/8470,  
e-Mail: petfishoe@aol.com
- Musik: Jede Kürmusik muss auf einer korrekt beschrifteten CD  
oder am Anfang einer korrekt beschrifteten Kassette  
aufgespielt sein.



## Trampolinturnen

### Fachwartin TVM:

Ingrid Eislöffel, Käthe-Kollwitz-Str. 26, 55543 Bad Kreuznach,  
T 0671-7948832 p, Fax 0671-7948833 p, E-Mail: trampolinturnen@tvm.org

### Kampfrichterwartin TVM:

Stephanie Bucher, Franz-Marc-Str. 14, 55543 Bad Kreuznach,  
T 0671-8960816, E-Mail: bucher@ithas.de

### Fachwart RhTB:

Michael Vid, Generaloberst-Beck-Str. 3/A 319, 55129 Mainz,  
mob. 0177-7611957, E-Mail: michael.vid@web.de

### Beauftragter WK-Wesen RhTB:

Dr. Patrick Siegfried, Katharina-Friederich-Str. 9, 55129 Mainz,  
T 0157-79068623, Fax 06136-7641160, E-Mail: patrick.siegfried@web.de

### DTB-Termine

14.-16. Januar	C-Kader SMU	Frankfurt
15.-16. Januar	Trainer-Fortbildung	Frankfurt
21.-23. Januar	C-Kader SMU	Frankfurt
28.-30. Januar	A/B-Kader SMU	Frankfurt
28.-30. Januar	B-Kari-Lehrgang	Hannover
05. Februar	Deutsche Hochschul-Meisterschaft	Braunschweig
12.-13. Februar	DTB Turntag / LFW Sitzung	Bsp. Frankfurt
19.-20. März	Int. Flower-Cup	Aalsmer/NL
26. März	Nat. Rheinhessen Pokal	Mainz
09./10. April	Bundesliga	
13.-17. April	World Cup	Varna / BUL
14.-16. April	C-Kader	Frankfurt
16./17. April	Bundesliga	
30. April	Bundesliga	
April (n.n.)	4-Länderkampf GER-FRA- POR-GBR	n.n.
01. Mai	Bundesliga	
07./08. Mai	Bundesliga	
14./15. Mai	Bundesliga	
20.-22. Mai	World-Cup	St. Petersburg RUS
28. Mai	TTS-Pokal	n.n.
28. Mai	ggf. WM- uali DMT	n.n.
Mai (n.n.)	ggf. DMT Lehrgang (WM)	n.n.
04./05. Juni	Bundesliga	
04./05. Juni	ggf. WM- uali DMT	n.n.
11.-12. Juni	Int. Ostseepokal	Sartrup
17.-19. Juni	C/D-Kader	Frankfurt
18. Juni	Bundesliga - Finale	n.n.
25. Juni	Dt. Meisterschaften DMT	Büttelborn
02.-03. Juli	JLK GER-SUI	Deutschland
02.-03. Juli	World-Cup	Wuxi / CHI
09. Juli	World-Cup	Kawasaki/JAP
Juli (n.n.)	WM-Kader-Lehrgang	n.n.
Juli (n.n.)	DFJW Nachwuchs	n.n.

Juli (n.n.)	ggf. WM- uali DMT	n.n.
02.-04. September	JLK GBR-GER	Reading/GBR
10.-11. September	Int. Kiepenkerl-Pokal	Nottuln
17.-18. September	Nat. Teuto-Cup	Bielefeld
17.-18. September	Nat. Schwarzwald-Pokal	Oberndorf
01.-02. Oktober	Deutsche Meistersch. Einzel · Synchron	n.n.
08.-09. Oktober	World Cup	Jablonec/CZE
13.-15. Oktober	World Cup	Odense/DEN
22.-23. Oktober	Bundesliga Aufstieg II. Liga	BL-Versammlung n.n.
22.-23. Oktober	Schülerliga	
28.-30. Oktober	D/C-Kader	Frankfurt
29./30. Oktober	Schülerliga	
Oktober	Int. Lok-Cup	Zwickau
03.-06. November	C-Kader	Frankfurt
05./06. November	Schülerliga	
05.-10. November	UWV WM	Ruit/Stuttgart
12./13. November	Schülerliga	
14.-20. November	WM	Birmingham/GBR
19./20. November	Schülerliga	
21.-27. November	WACG	Birmingham/GER
03.-04. Dezember	LTV-Pokal · DMM	n.n.
10. Dezember	Nat. Felsing-Pokal	Darmstadt
Dezember	Kadertest	
	WM-Kader	Ruit/Stuttgart
	ggf. 2. Olympia- uali	

### !!! Achtung: Änderungen vorbehalten!!!

Änderungen folgen dann per E-Mail und unter [www.trampolin-bad-kreuznach.de](http://www.trampolin-bad-kreuznach.de) !!!

### Lehrarbeit

#### „ bungsleiterfortbildung

Datum:	a) 27. März b) 25. September
Zeit (LE):	9.00-17.00 Uhr (8 UE)
Ort:	Bundesstützpunkt Bad Kreuznach
Inhalt:	a) b) Übungsleiter-Nachwuchs-Schulung und Fortbildung zur C-Lizenz-Verlängerung
Teilnehmerkreis:	Mind. Alter 15 Jahre, praktische Erfahrung auf dem Trampolin, oder Trampolin-Basisschein
Leitung:	Hans-Martin Luther, Tel: 06127/7588
Referent/in:	Hans-Martin Luther und andere
Gebühr:	ca. 20,00 EUR / Teilnehmer
Meldeschluss:	a) 13. März b) 11. September
Meldung:	schriftlich an den Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz, Fax: 0261-135159, E-Mail: ausbildung@tvm.org

#### Leistungslehrgang

Datum:	a) 11.-13. Februar b) 19.-21. August c) 25.-27. November
Ort:	BSP Bad Kreuznach
Inhalt:	a) Vorbereitung nat. Cup-Wettkämpfe/RLP-M.



# Trampolinturnen

- b) Neue Sprünge/Vorbereitung TVM-Einzel-M./DM
- c) Vorbereitung DMM/LTV-Pokal D-Kader-Test!

Teilnehmerkreis: D-Kader-Mitglieder / Teilnehmer an DM

Leitung: Martin Gromowski

Sonstiges: Einladung erfolgt durch den Verbandstrainer

## Kampfrichterausbildung

Datum: 26.-27. Februar

Ort: Bad Kreuznach oder Wittlich

Inhalt: Wettkampfbestimmungen, praktisches Wertes, Prüfung

Teilnehmerkreis: Kampfrichter/innen und Kampfrichteranwärter/innen

Leitung: Stephanie Bucher

Referent/in: Stephanie Bucher und Timo Berneit

Gebühr: Ca. 20,00 EUR

Meldeschluss: 13. Februar

Meldung an: Stephanie Bucher, Franz-Marc-Str. 14, 55543 Bad Kreuznach, E-Mail: bucher@ithas.de

## Veranstaltungen

### Landesmannschaftsmeisterschaften

Datum: 13. März

Zeitplan: Einturnen: 10.00 Uhr Wettkampf: 11.30 Uhr

Ort/Halle: Comenius-Halle, Koblenz

Veranstalter: Turnverband Mittelrhein

Ausrichter: Rot-Weiß Koblenz

Ausschreibung / Wettkämpfe:

Pflicht: P7 (lt. Aufgabenbuch des DTB)

Kampfrichter: Mit der Meldung muss 1 Kampfrichter pro Mannschaft an den Ausrichter sowie an Sabine Andernach (sabineandernach@t-online.de) gemeldet werden. Das Kampfgericht wird von Sabine Andernach zusammengestellt.

Meldung an: Hans-Peter Nickenig, Im Burgberg 9, 56073 Koblenz

Meldeschluss: 26. Februar

Meldegeld: 25,00 EUR / Mannschaft

Sonstiges: Für die Durchführung gelten die internationalen Wettkampfbestimmungen FIG. Finale ab o. 2/3-Regelung fürs Finale

### 9. Internationaler Rheinhessenpokal Trampolinturnen 2011

Datum: Samstag, 26. März

Zeitplan:	Freitag	Einturnen	19.30 bis 22.00 Uhr
	Samstag	Einturnen	08.00 Uhr
		Wettkampf	10.00 Uhr
		Siegerehrung	18.30 Uhr

(richtet sich nach dem Meldeergebnis)

Ort: Mainz-Hechtsheim, Ringstraße / Peter-Weyer Straße 1, Fritz- Strassmann-Schule  
Anfahrtsbeschreibung: www.tv-hechtsheim.de (Sport-

halle)

Ausrichter: TV Mainz-Hechtsheim 1882 e.V. / Universität Mainz AHS Trampolin

Veranstalter: Rhein Hessischer Turnerbund e.V. / FB Trampolin

Ausschreibung: siehe DTB - Aufgabenbuch:

Eurotramp 4 x 4 mm, Spieth-Schiebematte

Schüler /-innen 97 u. jünger M 8

Jugendturner /-innen 94 - 96 M 9

Turner /-innen 93 u. älter M 10

Finale ab o, bei Punktgleichheit entscheidet die bessere Finalübung für die Platzierung (siehe auch FIG Regel 4.4.1.2.) 2/3 Regelung für Finalteilnahme Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde, die Erstplatzierten einen Pokal

Teilnehmer: DTB-Terminkalender, bundesoffen, Anerkennung für Kaderkriterien

Kampfrichter: Zur Meldung mind. einen geprüften Bundeskampfrichter pro Verein. Sollte dies nicht möglich sein, ist eine Gebühr von 10,00 EUR pro gemeldeten Teilnehmer zu entrichten (max. 30,00 EUR)

Meldung an: Patrick Siegfried, Katharina-Friederich-Str. 9, 55129 Mainz, Fax 06136-7641160  
E-Mail: Patrick.Siegfried@web.de

Meldeschluss: 12. März 2011 (schriftlich!)

Meldegeld: 10,00 EUR je Teilnehmer (wird bei Nichtantritt nicht rückerstattet),

Konto TV Hechtsheim: Mainzer Volksbank e.G.

Konto: 569 735

BLZ: 551 900 00, Stichwort: Trampolin

Sonstiges: Bei Unfällen und Verlusten und / oder Beschädigungen haften die Betroffenen selbst.

Unterbringung in der TV-Halle möglich von Freitag auf Samstag, je Person 5,00 EUR incl. Frühstück (bitte Besteck und Teller/Becher mitbringen, Schlafsäcke etc. sind selbst mitzubringen. Hotels / Pensionen auf Anfrage möglich.

Hinweis: eine schriftliche Bestätigung wird nicht verschickt. Der aktuelle Meldestand, Zeitplan und Kampfrichtereinsatz wird immer aktuell auf unserer Homepage veröffentlicht: www.tv-hechtsheim.de

### 11. Offene Rheinhessen-Meisterschaften Trampolinturnen 2011

Datum: NN

Zeitplan:	Freitag	Einturnen	19.00 bis 22.00 Uhr
	Samstag	Einturnen	08.00 Uhr
		Wettkampf	09.15 Uhr
		Siegerehrung	13.00 Uhr
			(Rahmenwettkampf)
			19.00 Uhr
			(Meisterschaft)

Ort: Mainz-Hechtsheim, Turnhalle am Klein-Winternheimer Weg, Anfahrtsbeschreibung: www.tv-hechtsheim.de

Trampolinturnen

(TV-Halle)

Ausrichter: TV Mainz-Hechtsheim 1882 e.V.

Veranstalter: Rheinhessischer Turnerbund e.V. / FB Trampolin

Ausschreibung: siehe DTB - Aufgabenbuch:

**Klasse Jahrgänge Pflichtübung ma®. Schwierigkeit in Kür**

**Rahmenwettkampf:**

Schüler /-innen 97 u. jünger P 5 3,5 Pkt.

Jugend / Erwachsene 96 u. älter P 6 4,5 Pkt.

**Meisterschaft:**

Schüler /-innen 97 u. jünger P 7 offen

Jugend / Erwachsene 96 u. älter P 8 offen

Höhere Pflichtübungen sind erlaubt

Finale ab o, 2/3 Regelung für Finalteilnahme

Teilnehmer: Trampolinturner, bundesoffen

Kampfrichter: Jeder teilnehmende Verein stellt einen Landeskampfrichter. Bei Nichtmeldung ist eine Gebühr von 20,00 EUR zu entrichten.

Meldung an: 1. Rheinhessischer Turnerbund, Jahnstr. 4, 55116 Mainz, Fax 06131-941717 E-Mail geschaeftsstelle@rhtb.org  
2. Beauftragter Wettkampfwesen, Patrick Siegfried, Katharina-Friederich-Str. 9, 55129 Mainz, Fax 06136-7641160 E-Mail Patrick.Siegfried@web.de

Meldeschluss: NN (schriftlich!)

Meldegeld: 10,00 EUR je Teilnehmer (wird bei Nichtantritt nicht erstattet),

Konto Rheinhessischer Turnerbund bei VR-Bank Gonsenheim eG, Kontonr. 53 47, BLZ 550 604 17

Sonstiges: Bei Unfällen und Verlusten und / oder Beschädigungen haften die Betroffenen selbst. Übernachtung in der TV-Halle möglich von Samstag auf Sonntag, je Person 5,00 EUR incl. Frühstück (bitte Besteck und Teller/Becher mitbringen), Schlafsäcke etc. sind selbst mitzu bringen.

Hinweis: eine schriftliche Bestätigung wird nicht verschickt. Der aktuelle Meldestand, Zeitplan und Kampfrichtereinsatz wird immer aktuell auf unserer Homepage veröffentlicht: [www.tv-hechtsheim.de](http://www.tv-hechtsheim.de)

Zeitgleich findet am Samstag und Sonntag auf dem Gelände des TV Hechtsheim das Turngartenfest mit diversen Spielangeboten, Darbietungen, Kuchentheke und Grillen statt !!!

**TVM-Meisterschaften**

**Einzel- und Rahmenwettkampf**

Datum: 02. April

Zeitplan: Rahmen-WK: Einturnen: 10.00 Uhr

Wettkampf: 11.00 Uhr

Meisterschaft: Einturnen: 14.00 Uhr

Wettkampf: 15.30 Uhr

Ort/Halle: Wittlich

Veranstalter: Turnverband Mittelrhein

Ausrichter: Wittlicher TV

Ausschreibung / Wettkämpfe:

**Rahmenwettkampf:**

Jg. 97 und jünger P5 Alle Übungen wie im Aufgaben-

Jg. 94 bis 96 P6 buch beschrieben!

Jg. 93 und älter P7 (erhältlich im DTB-shop: [www.dtb-shop.de](http://www.dtb-shop.de))

**Meisterschaften:**

Jg. 97 und jünger M5

Jg. 94 bis 96 M6

Jg. 93 und älter M7

Kampfrichter: Mit der Meldung muss pro 5 gemeldete Aktive des Vereins 1 Kampfrichter an den Ausrichter sowie an Sabine Andernach ([sabineandernach@t-online.de](mailto:sabineandernach@t-online.de)) gemeldet werden. Das Kampfgericht wird von Sabine Andernach zusammengestellt

Meldung an: Heike Müller, Händelstr. 9, 54516 Wittlich, E-Mail: [mueller.mh@t-online.de](mailto:mueller.mh@t-online.de)

Meldeschluss: 19. März

Meldegeld: 7,00 EUR / Teilnehmer

Sonstiges: Für die Durchführung gelten die internationalen Wettkampfbestimmungen FIG. Finale ab o. 2/3-Regelung fürs Finale.

**Rheinland-Pfalz-Meisterschaften Einzel und Synchron Qualifikation für Deutsche Meisterschaften!**

Datum: 27. August

Zeitplan:	Synchron:	Einzel:
	Einturnen:	Einturnen:
	9.30-11.00 Uhr	13.00-14.30 Uhr
	Wettkampf:	Wettkampf:
	11.00 - 13.00 Uhr	14.30-17.00 Uhr

Ort/Halle: Konrad-Frey-Halle, Bad Kreuznach

Veranstalter: Turnverbände Rheinland-Pfalz / Turnverband Mittelrhein

Ausrichter: MTV Bad Kreuznach

Ausschreibung / Wettkämpfe:

- Art	Altersklassen	Jg.	Pflicht
- Einzel	Turner/innen	93 und älter	M 7
	Jugendturner/innen	94-96	M 6
	Schüler/innen	97 und jünger	M 5
- Synchron	Turner/innen	93 und älter	M 6
	Jugendturner/innen	94-96	P 8
	Schüler/innen	97 und jünger	P 6

Übungen lt. Aufgabenbuch des DTB!

Kampfrichter: Mit der Meldung muss pro 5 gemeldete Aktive des Vereins 1 Kampfrichter an den Ausrichter sowie an Sabine Andernach ([sabineandernach@t-online.de](mailto:sabineandernach@t-online.de)) gemeldet werden. Das Kampfgericht wird von Sabine Andernach zusammengestellt

Meldung an: Meldung an den TVM und an [tillygrusdat@superkabel.de](mailto:tillygrusdat@superkabel.de)

Meldeschluss: 13. August

Meldegeld: 7,00 EUR / Teilnehmer

Sonstiges: Für die Durchführung gelten die internationalen Wettkampfbestimmungen FIG. Finale ab o. 2/3-Regelung fürs Finale.



# Trampolinturnen Rhönradturnen

## TVM-Meisterschaften Doppel-Mini-Tramp Qualifikation für DM!

Datum: n.n. (1. Halbjahr)  
 Zeitplan: Einturnen: 11.30 - 12.00 Uhr  
 Wettkampf: 12.00 - 13.30 Uhr  
 Ort/Halle: Bad Kreuznach  
 Veranstalter: Turnverband Mittelrhein  
 Ausrichter: MTV Bad Kreuznach  
 Ausschreibung / Wettkämpfe:  
 Folgt per E-Mail und auf  
 www.trampolin-bad-kreuznach.de  
 Kampfrichter: Mit der Meldung muss pro 5 gemeldete Aktive des Vereins 1 Kampfrichter an den Ausrichter sowie an Sabine Andernach (sabineandernach@t-online.de) gemeldet werden. Das Kampfgericht wird von Sabine Andernach zusammengestellt  
 Meldung an: An den TVM und an tillygrusdat@superkabel.de  
 Meldeschluss: 14 Tage vor Wettkampftermin  
 Meldegeld: 7,00 EUR / Teilnehmer  
 Sonstiges: Für die Durchführung gelten die internationalen Wettkampfbestimmungen FIG, gültig ab 01.01.2009. Gehen weniger als 5 Meldungen je Wettkampfkategorie ein oder treten weniger als 3 Aktive an, wird der Wettkampf mit der nächst höheren Altersklasse zusammengelegt. (lt. DTB Rahmenordnung 4.3.1) Sollte die nächst höhere Altersklasse nicht vertreten sein und der Wettkampf deshalb gestrichen werden, ist eine Teilnahme auch außer Konkurrenz zur Qualifikation für DM möglich. Finale ab o. 2/3 Regelung.

### a) Landes-Schüler-Liga b) Finale

Datum: Oktober bis Dezember  
 Zeitplan: n.n.  
 Ort/Halle: n.n.  
 Veranstalter: Turnverband Mittelrhein  
 Ausrichter: a) je nach Wettkampf b) n.n.  
 Ausschreibung/  
 Wettkämpfe: Erfolgt durch die Ligaleitung Heike Müller  
 Kampfrichter: b) jede qualifizierte Mannschaft stellt einen Kampfrichter. Fehlende Kampfrichter werden von der Kampfrichterbeauftragten Sabine Andernach eingesetzt.  
 Meldung an: Heike Müller, Händelstr. 9, 54516 Wittlich,  
 E-Mail: mueller.mh@t-online.de  
 Meldegeld: 25,00 EUR / Mannschaft

### D-Kader-Test

Datum: 27. November  
 Zeit (LE): n.n.  
 Ort: BSP Bad Kreuznach

Inhalt: D-Kader-Test nach bundeseinheitlichen Richtlinien  
 Teilnehmerkreis: D-Kader-Mitglieder und Neubewerber  
 Leitung: Martin Gromowski  
 Meldeschluss: 20. November  
 Meldung an: Martin Gromowski: gromow@gmx.de und an TVM: ausbildung@tvm.org

## Rhönradturnen

### Fachwart TVM:

Dirk Erbele, W.-A.-Mozart-Str. 5, 56751 Polch, T 02654-407121,  
 E-Mail: rhoenradturnen@tvm.org

### Kampfrichterwart TVM:

Helga Christ, Sebastianusstraße 9, 56112 Lahnstein,  
 T 02621/4767, E-Mail: hw.christ@web.de

### Fachwartin RhTB:

Sabine Mies, Elsa-Brandström-Str. 20 g, 55124 Mainz, T 06131/684888

### DTB-Termine

26. Februar	1. WM- ualifikation	Ahrweiler
26. März	2. WM- ualifikation	Lüneburg
07./08. Mai	Süddeutsche Jugendmeisterschaften L8 und L9	n.n.
14./15. Mai	Norddeutsche Jugendmeisterschaften L8 und L9	n.n.
28./29. Mai	Deutsche Jugendmeisterschaften L8 und L9	n.n.
01.-05. Juni	Weltmeisterschaften	Arnsberg
11./12. September	Norddeutsche Meisterschaften Vereins-/Mannschaftsmeisterschaften	n.n.
17./18. September	Süddeutsche Meisterschaften Vereins-/ Mannschaftsmeisterschaften	n.n.
15. Oktober	Deutsche Meisterschaften	n.n.
05. November	Deutschland Cup	Langenfeld
06. November	Deutsche Vereins-/Mannschaftsmeisterschaften	Langenfeld

### TVM-Termine

12. März	SÜWAG Energie Rhönrad Cup 2011	Lahnstein
02. April	Rheinland-Pfalz Meisterschaft	Polch
11./12. Juni	39. Dermbach-Pokal	Herdorf

## Lehrarbeit

### Kampfrichterausbildung Stufe 2 (Kampfrichter B, Kampfrichter auf Landes- und Regional- ebene)

Datum: Sa. 22. Januar - 1. Teil  
So. 23. Januar - 2. Teil  
Sa. 05. Februar - 3. Teil einschließlich Prüfung

Zeit (LE): 09:00 - 17:00 Uhr

Ort: Koblenz, Sportschule Oberwerth

Inhalt: Gerade, Spirale, Sprung alle Leistungsklassen  
Teilnehmerkreis / Zulassungsvoraussetzungen:  
Mindestalter 16 Jahre (Jahrgang 1995 und älter)  
Lizenzstufe 1 (Kampfrichter C)  
min. 2 Einsätze auf Wettkämpfen

Leitung: Helga Christ - Kampfrichterwartin Rhönradturnen TVM

Referent/-in: Christiane Serth

Gebühr: n.n.

Meldeschluss: 05. Dezember 2010

Meldung an: Kampfrichterwartin Rhönradturnen TVM, Helga Christ,  
Sebastianusstr. 9, 56112 Lahnstein,  
E-Mail hw.christ@web.de

### Kampfrichterfortbildung Stufe 2 (Kampfrichter B, Kampfrichter auf Landes- und Regional- ebene)

Datum: Sa. 22. Januar - 1. Teil  
So. 23. Januar - 2. Teil

Zeit (LE): 09:00 - 17:00 Uhr

Ort: Koblenz, Sportschule Oberwerth

Inhalt: Gerade, Spirale, Sprung alle Leistungsklassen

Teilnehmerkreis: Alle Kampfrichter mit einer Stufe 2 (auch zwecks Lizenz-  
verlängerung)

Leitung: Helga Christ - Kampfrichterwartin Rhönradturnen TVM

Referent/-in: Christiane Serth

Gebühr: n.n.

Meldeschluss: 05. Dezember 2010

Meldung an: Kampfrichterwartin Rhönradturnen TVM, Helga Christ,  
Sebastianusstr. 9, 56112 Lahnstein,  
E-Mail hw.christ@web.de

### Vorbereitung 1. WM-Qualifikation incl. Leistungslehrgang Bundesklasse L8A, L8, L9 „AKTI- VE 2011“

Datum: 05. Februar

Zeit (LE): 11:30 - 17:30 Uhr

Ort: Ahrweiler, Bachemerturnhalle  
(Erich Kästner-Schule im OT Bachem)

Inhalt: Vorbereitung der Deutschen Nationalmannschaft  
Vorbereitung auf die Süddeutschen Jugendmeister-

schaften und die Deutschen Jugendmeisterschaften

Teilnehmerkreis: Alle AKTIVEN Turnerinnen und Turner der Leistungs-  
klassen L8A, L8, L9

Leitung: Robert Vogel - Lehrwart Rhönradturnen TVM

Referent/-in: n.n.

Meldeschluss: 22. Januar

Meldung an: Lehrwart Rhönradturnen TVM, Robert Vogel, Göppinger  
Str. 8 - 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler,  
E-Mail robertvogel@t-online.de

Sonstiges/  
Hinweise: Leider stehen die Referenten noch nicht fest. Deshalb  
wird diese Angabe rechtzeitig bekanntgegeben. Bei Fra-  
gen wenden Sie sich bitte an Robert Vogel (Lehrwart)  
oder an Dirk Erbele (Landesfachwart Rhönradturnen  
TVM, rhoenradturnen@tvm.org)

### Vorbereitung 1. WM-Qualifikation incl. Leistungslehrgang Bundesklasse L8, L9 „AKTIVE 2011“

Datum: 20. Februar

Zeit (LE): 11:30 - 17:30 Uhr

Ort: Ahrweiler, Bachemerturnhalle  
(Erich Kästner-Schule im OT Bachem).

Inhalt: Vorbereitung der Deutschen Nationalmannschaft  
Vorbereitung auf die Süddeutschen Jugendmeister-  
schaften und die Deutschen Jugendmeisterschaften

Teilnehmerkreis: Alle AKTIVEN Turnerinnen und Turner der Leistungs-  
klassen L8A, L8, L9

Leitung: Robert Vogel - Lehrwart Rhönradturnen TVM

Referent/-in: n.n.

Meldeschluss: 05. Februar

Meldung an: Lehrwart Rhönradturnen TVM, Robert Vogel,  
Göppinger Str. 8 - 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler,  
E-Mail robertvogel@t-online.de

Sonstiges / Hinweise: Leider stehen die Referenten noch nicht fest. Deshalb  
wird diese Angabe rechtzeitig bekanntgegeben. Bei Fra-  
gen wenden Sie sich bitte an Robert Vogel (Lehrwart)  
oder an Dirk Erbele (Landesfachwart Rhönradturnen  
TVM, rhoenradturnen@tvm.org)

### Leistungslehrgang Bundesklasse L8A, L8, L9, L10 „AKTIVE 2011“

Datum: 10. April

Zeit (LE): 09:00 - 18:00 Uhr

Ort: Lahnstein

Inhalt: Vorbereitung auf die Süddeutschen Jugendmeister-  
schaften und die Deutschen Jugendmeisterschaften

Teilnehmerkreis: Alle AKTIVEN Turnerinnen und Turner der Leistungs-  
klassen L8A, L8, L9 und L10

Leitung: Robert Vogel - Lehrwart Rhönradturnen TVM

Referent/-in: n.n.

Meldeschluss: 20. März



Meldung an: Lehrwart Rhönradturnen TVM, Robert Vogel,  
Göppinger Str. 8 - 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler,  
E-Mail robertvogel@t-online.de

Sonstiges/  
Hinweise: Leider stehen die Referenten noch nicht fest. Deshalb wird diese Angabe rechtzeitig bekanntgegeben. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Robert Vogel (Lehrwart) oder an Dirk Erbele (Landesfachwart Rhönradturnen TVM, rhoenradturnen@tvm.org)

## Kampfrichter Ausbildung Stufe 1 (Kampfrichter C, Kampfrichter auf Gau- und Bezirksebene)

Datum: Sa. 18. Juni - 1. Teil  
Sa. 13. August - 2. Teil  
Sa. 27. August - 3. Teil einschließlich Prüfung  
Zeit (LE): 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr  
Ort: Lahnstein, Sporthalle Staufenbergstr. 13  
Inhalt: - Gerade Pflicht (L4, L5, L6, L7)  
- Gerade Kür  
- Pflichtsprünge L6, L7  
Teilnehmerkreis / Zulassungsvoraussetzungen:  
Mindestalter 14  
Leitung: Helga Christ - Kampfrichterwartin Rhönradturnen TVM  
Referent/-in: Anette Howe und Vera Christ  
Gebühr: n.n.  
Meldeschluss: 15. Mai  
Meldung an: Kampfrichterwartin Rhönradturnen TVM, Helga Christ,  
Sebastianusstr. 9, 56112 Lahnstein,  
E-Mail hw.christ@web.de

## Leistungslehrgang Bundesklasse L8A, L8, L9, L10 „AKTIVE 2011“ Aufbaulehrgang Bundesklasse Landesklasse

Datum: August  
Zeit (LE): 09:00 - 18:00 Uhr  
Ort: n.n.  
Inhalt: Vorbereitung auf die Süddeutschen Meisterschaften und die Deutschen Meisterschaften (für die L10)  
Aufbau der Bundesklasse (Nachwuchsförderung)  
Landesklasse (Aktive der Leistungsklassen L5, L6, L7)  
Teilnehmerkreis: Alle AKTIVEN Turnerinnen und Turner der Leistungsklassen L8, L9, L10.  
Turnerinnen und Turner der Landesklasse (Aktive 2011) sowie die Nachwuchsturnerinnen und -turner für die Bundesklasse  
Leitung: Robert Vogel - Lehrwart Rhönradturnen TVM  
Referent/-in: n.n.  
Meldeschluss: n.n.  
Meldung an: Lehrwart Rhönradturnen TVM, Robert Vogel,  
Göppinger Str. 8 - 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler,  
E-Mail robertvogel@t-online.de  
Sonstiges / Hinweise: Leider stehen das genaue Datum, der Ort und die Referenten noch nicht fest. Deshalb werden diese Angaben sowie der Meldeschluss rechtzeitig bekanntgegeben.

ben. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Robert Vogel (Lehrwart) oder an Dirk Erbele (Landesfachwart Rhönradturnen TVM, rhoenradturnen@tvm.org)

## Vorbereitungslehrgang Deutschland Cup 2011

Datum: August  
Zeit (LE): 09:00 - 18:00 Uhr  
Ort: n.n.  
Inhalt: Vorbereitung auf den Deutschland Cup 2011  
Teilnehmerkreis: Alle qualifizierten Turnerinnen und Turner der Leistungsklassen L5, L6 und L7  
Leitung: Robert Vogel - Lehrwart Rhönradturnen TVM  
Referent/-in: n.n.  
Meldeschluss: n.n.  
Meldung an: Lehrwart Rhönradturnen TVM, Robert Vogel,  
Göppinger Str. 8 - 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler,  
E-Mail robertvogel@t-online.de  
Sonstiges/  
Hinweise: Leider stehen das genaue Datum, der Ort und die Referenten noch nicht fest. Deshalb werden diese Angaben sowie der Meldeschluss rechtzeitig bekanntgegeben. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Robert Vogel (Lehrwart) oder an Dirk Erbele (Landesfachwart Rhönradturnen TVM, rhoenradturnen@tvm.org)

## Leistungslehrgang Bundesklasse L8, L9, L10 „AKTIVE 2011“ Aufbaulehrgang Bundesklasse Landesklasse

Datum: Oktober  
Zeit (LE): 09:00 - 18:00 Uhr  
Ort: n.n.  
Inhalt: Vorbereitung auf die Süddeutschen Meisterschaften und die Deutschen Meisterschaften (für die L10)  
Aufbau der Bundesklasse (Nachwuchsförderung)  
Landesklasse (Aktive der Leistungsklassen L5, L6, L7)  
Teilnehmerkreis: Alle AKTIVEN Turnerinnen und Turner der Leistungsklassen L8, L9, L10.  
Turnerinnen und Turner der Landesklasse (Aktive 2011) sowie die Nachwuchsturnerinnen und -turner für die Bundesklasse  
Leitung: Robert Vogel - Lehrwart Rhönradturnen TVM  
Referent/-in: n.n.  
Meldeschluss: n.n.  
Meldung an: Lehrwart Rhönradturnen TVM, Robert Vogel,  
Göppinger Str. 8 - 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler,  
E-Mail robertvogel@t-online.de  
Sonstiges/  
Hinweise: Leider stehen das genaue Datum, der Ort und die Referenten noch nicht fest. Deshalb werden diese Angaben sowie der Meldeschluss rechtzeitig bekanntgegeben. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Robert Vogel (Lehrwart) oder an Dirk Erbele (Landesfachwart Rhönradturnen TVM, rhoenradturnen@tvm.org)

# Rhönradturnen

## Orientierungslauf



### Vorbereitungslehrgang Deutschland-Cup 2011

Datum: Oktober  
 Zeit (LE): 09:00 - 18:00 Uhr  
 Ort: n.n.  
 Inhalt: Vorbereitung auf den Deutschland Cup 2011  
 Teilnehmerkreis: Alle qualifizierten Turnerinnen und Turner der Leistungsklassen L5, L6 und L7  
 Leitung: Robert Vogel - Lehrwart Rhönradturnen TVM  
 Referent/-in: n.n.  
 Meldeschluss: n.n.  
 Meldung an: Lehrwart Rhönradturnen TVM, Robert Vogel, Göppinger Str. 8 - 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler, E-Mail robertvogel@t-online.de  
 Sonstiges/  
 Hinweise: Leider stehen das genaue Datum, der Ort und die Referenten noch nicht fest. Deshalb werden diese Angaben sowie der Meldeschluss rechtzeitig bekanntgegeben. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Robert Vogel (Lehrwart) oder an Dirk Erbele (Landesfachwart Rhönradturnen TVM, rhoenradturnen@tvm.org)

### „L-Fortbildung „Schwierigkeiten Gerade“ Sprung / Spirale

Datum: November  
 Zeit (LE): 09:00 - 18:00 Uhr  
 Ort: n.n.  
 Inhalt: - Gerade (Schwierigkeitsteile erkennen neue Schwierigkeitsteile lernen)  
 - Sprung  
 - Spirale  
 Teilnehmerkreis: Alle Übungsleiter mit Trainier-C-Lizenz Rhönradturnen  
 Leitung: Robert Vogel - Lehrwart Rhönradturnen TVM  
 Referent/-in: n.n.  
 Meldeschluss: n.n.  
 Meldung an: Lehrwart Rhönradturnen TVM, Robert Vogel, Göppinger Str. 8 - 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler, E-Mail robertvogel@t-online.de  
 Sonstiges/  
 Hinweise: Leider stehen das genaue Datum, der Ort und die Referenten noch nicht fest. Deshalb werden diese Angaben sowie der Meldeschluss rechtzeitig bekanntgegeben. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Robert Vogel (Lehrwart) oder an Dirk Erbele (Landesfachwart Rhönradturnen TVM, rhoenradturnen@tvm.org)

### Veranstaltungen

#### Rheinland-Pfalz-Meisterschaft

Datum: 02. April  
 Zeitplan: 08.00-10.45 Uhr Einturnen  
 11.00 Uhr Wettkampf

Ort: Polch, Maifeldhalle, Dechant-Riegel-Str. (Neben Griesson)

Ausrichter: TG 1888 Polch e.V.

Veranstalter: TVM / RhTB

Wettkampfklassen:

Leistungsklasse	Altersklasse	Jahrgang	Wettkampfarm
L4 m/w	30 Jahre und älter	1981 und älter	Zweikampf
L5a m/w	13 - 14 Jahre	1998 und 1999	Zweikampf
L5b m/w	11 - 12 Jahre	2000 und 1999	Zweikampf
L5c m/w	10 Jahre und jünger	2001 und jünger	Zweikampf
L6 m	15 - 18 Jahre	1996 - 1993	Dreikampf
L6 w	15 - 18 Jahre	1996 - 1993	Zweikampf
L7 m	19 Jahre und älter	1992 und älter	Dreikampf
L7 w	19 Jahre und älter	1992 und älter	Zweikampf
L8A m	14 Jahre und jünger	1997 und jünger	Vierkampf
L8A w	14 Jahre und jünger	1997 und jünger	Dreikampf
L8 m	12 - 14 Jahre	1999 - 1997	Vierkampf
L8 w	12 - 14 Jahre	1999 - 1997	Dreikampf
L9 m	15 - 18 Jahre	1996 - 1993	Vierkampf
L9 w	15 - 18 Jahre	1996 - 1993	Vierkampf
L10 m	19 Jahre und älter	1992 und älter	Dreikampf
L10 w	19 Jahre und älter	1992 und älter	Dreikampf

Meldung an: Dirk Erbele, W.-A.-Mozart-Str. 5, 56751 Polch,

E-Mail rhoenradturnen@tvm.org

Meldeschluss: 20. März spätere Meldungen können nicht mehr berücksichtigt werden

Meldegeld: 7,00 EUR

Kampfrichter: Jeder Verein stellt ausreichend lizenzierte Landes-kampfrichter, gewertet wird nach den gültigen DTB-Wertungsbestimmungen

## Orientierungslauf

#### Fachwart TVM:

Jürgen Pfannkuchen, Kreuzflur 32, 54296 Trier, T 0651/16588,

E-Mail: orientierungslauf@tvm.org

#### Fachwart RhTB:

Klaus Wersin, Waldstr. 22, 55257 Budenheim, T 06139/5164,

E-Mail: wersin@kabelmail.de

### Lehrarbeit

#### Gemischter Fortbildungslehrgang

Datum: 26. März

Zeit: 10.00 - 14.00 Uhr (6 LE)

Ort: Clubhaus des Trimmelter SV, Kohlenstr. 55, 54296 Trier

Inhalt: Praxisnahe Einführung in den Orientierungslauf mit



# Orientierungslauf

Teilnehmer: anschließendem Trainings-OL  
Breitensportler und Übungsleiter aller Sportarten  
Leitung: Rolf Neunkirch und Jürgen Pfannkuchen,  
zusammen mit dem TVM  
Lehrwart: Jürgen Pfannkuchen  
Meldung an: Jürgen Pfannkuchen, Kreuzflur 32, 54296 Trier,  
E-Mail: pfannkuchen44@lotteundlino.de  
Meldeschluss: 2 Tage vor Veranstaltung  
Gebühr: 18,00 EUR

Meldung an: Günter Kreft, Hauptstr. 19, 55286 Sulzheim,  
Tel.: 06732/4553, E-Mail: meldung@olf-mainz.de  
Meldeschluss: 31. März  
Sonstiges: Infos unter [www.rheinhessen-ol.de](http://www.rheinhessen-ol.de)

## Veranstaltungen

### Trainings-OL

Datum: 30. Januar  
Zeitplan: Start zwischen 11.00 und 12.00 Uhr  
Ort: Bad Kreuznach  
Ausrichter: OLF Mainz e.V.  
Ausschreibung: Laufstrecken zwischen 3 und 8 km  
Meldung an: Eyke Diehr, Grazer Str. 2 - 4, 55246 Kostheim,  
Tel.: 06134-5678949, E-Mail: eyke.diehr@gmx.de  
Meldeschluss: 26. Januar  
Sonstiges: Infos unter [www.olf-mainz.de](http://www.olf-mainz.de)

### Rheinland-Pfalz Meisterschaften Einzel

Datum: Samstag, 26. März 1. Start: 14.00 Uhr  
Ort/Karte: Weißhauswald 1:10000, WKZ-Waldstadion ab 13 Uhr ge-  
öffnet, Zufahrt über die Bitburger Str., vorbei an der  
Fachhochschule Trier  
Veranstalter: Turnverband Mittelrhein  
Ausrichter: Trimmelter SV Trier  
Wettkampf: Wettkampfklassen D/H -12, -14, -18, 19, 40 und 55, Kin-  
der-OL Wander-OL  
Teilnehmer: Leistungsläuferinnen und -läufer, Jedermann / -frau, Fa-  
milien und Wanderer  
Meldung an: Jürgen Pfannkuchen, Kreuzflur 32, 54296 Trier,  
E-Mail: pfannkuchen44@lotteundlino.de  
Meldegeld: ab 19 Jahre 6,- Euro, Jugend 4,- Euro, Kinder 1,- Euro,  
Nach-/Ummeldung 3,- Euro  
Meldung: bis Samstag 19. März 2011 mit SI-Angabe  
Leihchip 27,- Euro (davon 25,- Kautions)  
Sonstiges: Versicherung ist Sache der Teilnehmer

### Weinberg-Cup

Datum: 10. April  
Zeitplan: Öffnung WKZ 9.00 Uhr / 1. Start 10.00 Uhr  
Ort: Ingelheim  
Ausrichter: OLF Mainz e.V.  
Ausschreibung: Lauf- und Wanderstrecken zwischen 3 und 9 km  
Kinder-OL

### Nieder-Hilbersheimer O-Tag

Datum: 27. März  
Zeitplan: Start 10.00 - 14.00 Uhr  
Ort: Nieder-Hilbersheim, Turnhalle  
Ausrichter: TSV Nieder-Hilbersheim  
Ausschreibung: Trainings-OL, O-Wandern, O-Walking, MTBO-Training  
MTBO-Hinweis: Es besteht Helmpflicht!  
Meldung an: Olaf Kaden, Hinter der Kirche 1,  
55437 Nieder-Hilbersheim  
Tel. 06728/598, E-Mail: ulli1412@web.de  
Gebühr: 2,00 EUR  
Meldeschluss: 20. März

### Lolly Cup Orientierungslauf Doppelsprint

Datum: 02. April  
Zeitplan: Erster Start 11.00 Uhr, Zweiter Start 15.00 Uhr  
Ort: Mainz  
Ausrichter: TV Klein-Winternheim e. V.  
Meldung an: Online Anmeldung über [www.rheinhessen-ol.de](http://www.rheinhessen-ol.de)  
Sonstiges: Infos unter [www.rheinhessen-ol.de](http://www.rheinhessen-ol.de)

### Trainings-OL TVM feiert 100 Jahre!

Datum: 20. März  
Zeitplan: Start zwischen 10.00 und 11.30 Uhr  
Ort: Turnhalle im Wiesenweg 15, 67582 Mettenheim  
Ausrichter: TV Mettenheim 1911 e.V.  
Ausschreibung: Laufstrecken zwischen 3 und 8 km, Urkunden und Prei-  
se wegen der 100 Jahrfeierlichkeiten  
Meldung an: Jochen Ehrlich, Gartenstr. 20, 67582 Mettenheim,  
Tel.: 06242/6564, E-Mail: jochen.ehrlich@gmx.de  
Sonstiges: Infos unter [www.rheinhessen-ol.de](http://www.rheinhessen-ol.de)

### Weinberg-Cup

Datum: 22. Mai  
Zeitplan: Öffnung WKZ 8.30 Uhr / 1. Start 10.00 Uhr  
Ort: Klein-Winternheim  
Ausrichter: TV Klein-Winternheim e.V.  
Ausschreibung: Lauf- und Wanderstrecken zwischen 3 und 9 km Kinder-  
OL  
Meldung an: Meinolf Kleiner, Am Wingert 26, 55270 Klein-Wintern-  
heim, Tel.: 06136/89233, E-Mail: M.Kleiner@arcor.de  
Meldeschluss: 12. Mai  
Sonstiges: Infos unter [www.rheinhessen-ol.de](http://www.rheinhessen-ol.de)

## Weinberg-Cup

Datum: 21. August  
Zeitplan: Öffnung WKZ 9.00 Uhr / 1. Start 10.00 Uhr  
Ort: Wörrstadt  
Ausrichter: TGM Budenheim 1886 e.V., TuS Wörrstadt e.V.  
Ausschreibung: Lauf- und Wanderstrecken zwischen 3 und 9 km Kinder-OL  
Meldung an: Klaus Wersin, Waldstr. 22, 55257 Budenheim,  
Tel.: 06139/5164, E-Mail: ol-meldung@tgm-budenheim.de  
Meldeschluss: 11. August  
Sonstiges: Infos unter [www.rheinessen-ol.de](http://www.rheinessen-ol.de)

## 19. Offene und Internationale Stadtmeisterschaft Trier

Datum: 25. September  
Beginn: 11.00-12.00 Uhr, fliegender Start  
Ort: Clubhaus des Trimmelter SV, Kohlenstr. 55,  
54296 Trier (WKZ)  
Veranstalter: Turnverband Mittelrhein  
Ausrichter: Trimmelter SV  
Wettkampf: alle Wettkampfklassen, Trimmwettbewerb, Kinder-OL,  
Wander-OL, Fahrrad-OL  
Teilnehmer: Leistungsläufer sowie Jedermann/-frau, Familien, Trimmer/innen und Wanderer  
Meldung an: Jürgen Pfannkuchen, Kreuzflur 32, 54296 Trier,  
E-Mail: pfannkuchen44@lotteundlino.de  
Meldeschluss: 20. September  
Meldegeld: 6,00 EUR Jugend 2,00 EUR Kinder 1,00 EUR  
Sonstiges: Versicherung ist Sache der Teilnehmer

## Orientierungswanderung und nordic Walking

Datum: 25. September  
Zeitplan: Start zwischen 10.00 und 12.00 Uhr  
Ort: Saulheim  
Ausrichter: TuS Saulheim e.V.  
Meldung an: Erhard Mann, Zum Kastell 26, 55286 Wörrstadt,  
Tel.: 06732/4237, Fax: 06732/5908,  
E-Mail: MannErhard@web.de  
Meldeschluss: Anmeldung für Gruppen bis 11. September  
Sonstiges: Infos unter [www.rheinessen-ol.de](http://www.rheinessen-ol.de)

## Weinberg-Cup

Datum: 05. November  
Zeitplan: Öffnung WKZ 12.00 Uhr / 1. Start 13.30 Uhr  
Ort: Saulheim  
Ausrichter: TuS Saulheim e.V.  
Ausschreibung: Lauf- und Wanderstrecken zwischen 3 und 9 km Kinder-OL  
Meldung an: Frank Czisoka, Eschenweg 7, 69514 Laudenbach,  
Tel.: 06201-477784, E-Mail: f.czioska@gmx.de  
Meldeschluss: 27. Oktober  
Sonstiges: Infos unter [www.rheinessen-ol.de](http://www.rheinessen-ol.de)

## Turnen in Rheinland-Pfalz

Turnen in Rheinland-Pfalz, das Turnjournal der rheinland-pfälzischen Turnverbände Mittelrhein und Rheinhessen für Turnen, Gymnastik, Freizeit-, Fitness- und Gesundheitssport

### Herausgeber:

Turnverband Mittelrhein e.V.  
Rheinau 10 • 56075 Koblenz  
Tel.: 0261/135-157 • Fax: 0261/135-159  
E-Mail: [info@tvm.org](mailto:info@tvm.org) • Internet: <http://www.tvm.org> und  
Rhein Hessischer Turnerbund e.V.  
Jahnstr. 4 • 55124 Mainz  
Tel.: 06131/94170 • Fax: 06131/941717  
E-Mail: [oeffentlichkeit@rhtb.org](mailto:oeffentlichkeit@rhtb.org) • Internet: <http://www.rhtb.org>

### Vertrieb:

TVM-Sportmarketing GmbH • Rheinau 10 • 56075 Koblenz

### Verlagsleitung:

Stefan Lenz

Gesamtredaktion: Michael Kayser

### Verantwortlich für den Inhalt:

Stefan Lenz, Geschäftsführer TVM  
Carsten Petry, Geschäftsführer RhTB  
Willi Becker, TVM Vizepräsident Öffentlichkeitsarbeit  
Die namentlich gekennzeichneten Berichte stellen nicht unbedingt die Meinung der Turnverbände Mittelrhein und Rheinhessen dar. Für unverlangt eingesendete Manuskripte kann keine Haftung übernommen werden. Nachdruck mit Quellenangaben ist gestattet. Manuskripte bitte an die Redaktionen des Rhein Hessischen Turnerbundes oder des Turnverbandes Mittelrhein senden. (Einsendeschluss: für die Doppelausgaben ist der 05.01., 05.03., 05.05., 05.07. bzw. der 05.09.. Redaktionsschluss für die Dezemberausgabe ist der 10.11.)

### Erscheinung:

„Turnen in Rheinland-Pfalz“ erscheint jährlich in sieben Ausgaben. Die fünf Doppelausgaben Jan./Feb., Mrz./Apr., Mai/Jun., Jul./Aug., Sep./Okt. erscheinen am 01.02., 01.04., 01.06., 01.08. bzw. 01.10.. Die Novemberausgabe erscheint als Lehrgangsheft „Aktiv“. Zum 15.12. erscheint die Dezemberausgabe. Aus Kostengründen wird das Turnjournal als Postvertriebsstück versendet. Bei der Zustellung kann es aus diesem Grund zu Verzögerungen kommen.

### Bezugspreis:

20,50 EUR jährlich, einschließlich Lehrgangsplan und Zustellgebühren.

**Bestellungen:** nur an den Turnverband Mittelrhein bzw. Rhein Hessischen Turnerbund.

Abbestellungen sind nur zum 31. Dezember eines Jahres möglich, sie müssen mindestens drei Monate vor diesem Termin beim Turnverband Mittelrhein bzw. Rhein Hessischer Turnerbund, eintreffen.

### Satz, Litho und Druck:

Raabdruck Lindemann GmbH • Co. KG  
Planiger Straße 91 • 55543 Bad Kreuznach  
Tel.: 0671/89803-0 • Fax: 0671/89803-20  
E-Mail: [info@raabdrucklindemann.de](mailto:info@raabdrucklindemann.de)

**Redaktion Mittelrhein:** Stefan Lenz und Michael Kayser

**Redaktion Rheinhessen:** Carsten Petry und Rainer Jordan



### FLEECE JACKE HARVEST Damen & Herren

Antipilling-behandelte Fleece-Jacke, Elastischer Kordeldurchzug im Bund und Reißverschlüsse an den Taschen, Halbmond und Krageninnenseite in beige  
Gr. XS-XXL Farbe: rot & schwarz

Herren: Art-Nr.2262024 Damen: Art-Nr.2261032

inkl. Logo TVM klein Stick

34,95 €



### FLEECE WESTE HARVEST Herren & Damen

Fleece Bodywarmer mit Antipilling-Behandlung, Elastischer Kordeldurchzug im Bund und Reißverschlüsse an den Taschen, Halbmond und Krageninnenseite in beige  
Gr. XS-XXL (unisex) Farbe: rot & schwarz

inkl. Logo TVM klein Stick

29,95 €

Art-Nr.2262023



### SOFTSHELL JACKE RUSSELL Herren & Damen

340 g/qm, 92 % Polyester, 8 % Elasthan, Futter: 100 % Polyester-Microfleece, atmungsaktives, dreilagiges Soft Shell-Material, winddicht, wasserabweisend, Nackenband, Full Zip mit Kinnschutz, raglanartige Zier-Abnäher, Set-In-Ärmel, diverse Taschen mit Zip, verstellbare Ärmelbündchen mit Klettverschluss, Kordelzug mit Stoppfern am Bund  
Gr. XS-4XL Farbe: rot & schwarz

Herren: Art-Nr.438.00 Damen: Art-Nr.462.00

inkl. Logo TVM klein Flock

49,95 €



### SOFTSHELL WESTE RUSSELL Herren & Damen

340 g/qm, 92 % Polyester, 8 % Elasthan, Futter: 100 % Polyester-Microfleece, atmungsaktives, dreilagiges Soft Shell-Material, winddicht, wasserabweisend, Full, Zip mit Kinnschutz, raglanartige Zier-Abnäher, diverse Taschen mit Zip, Kordelzug mit Stoppfern am Bund  
Gr. XS-XXL Farbe: rot & schwarz

Herren: Art-Nr.459.00 Damen: Art-Nr.460.00

inkl. Logo TVM klein Flock

47,95 €



### CONFERENCE BAG

600D Polyester, Tragegriffe, Zip-Fronttasche mit Utensilienfächern, verstärkter Boden  
Format: 37 x 30 x 5 cm, Farbe: schwarz

Art-Nr.632.30

13,95 €



### PORTFOLIO LAPTOP CASE

600D Polyester, passend für nahezu alle Laptops bis 17" Bildschirmgröße  
Format: 41 x 32 x 8 cm, Farbe: schwarz

Art-Nr. 632.30

inkl. Logo TVM klein Flock

24,95 €



### BAUMWOLL-CAP

190 g/qm, 100 % BW, 5-teilig, Stirnteil verstärkt, Luftlösen, verstärkte Nähte, Klettverschluss.

Farbe: schwarz

8,95 €

inkl. Logo TVM klein Stick

Art-Nr. 305.34

Die neue  
Teambekleidung

# TVM

TURNVERBAND MITTELREIN





### T-SHIRT „SPEEDYTEX“

Unisex-T-Shirt, 195 g/qm, 100% Jersey-Baumwolle, Rippstrickbündchen am Halsausschnitt, Schulter-zu-Schulter Nackenband

Gr. S - 3XL Farbe: schwarz und rot

Art-Nr. 180.01

inkl. Logo TVM klein Flock

9,95 €



### SWEATSHIRT „SPEEDYTEX“

Unisex-Sweatshirt, 280 g/qm, 80% ringgesponnene Baumwolle, 20% Polyester, Raglanärmel, Rippstrick an Kragen, Ärmel und Bund

Gr. S - 3XL Farbe: schwarz und rot

Art-Nr. 237.01

inkl. Logo TVM klein Flock

17,95 €



### FUNKTIONSSHIRT „SPEEDYTEX“

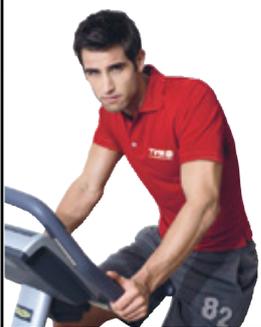
Unifarbenes Funktions-Shirt aus 100% Polyester, 130 g/qm, Set-in-Schnitt, Schnell trocknend, Hervorragende Funktionseigenschaften durch Feuchtigkeitstransport, Sorgt für angenehmes Hautklima

Gr. S - XXL Farbe: schwarz und rot

Art-Nr. 19-5000

inkl. Logo TVM klein Flock

17,95 €



### FUNKTIONSPOLO „PREMIUM“

Funktionelles, sportlich körpernah geschnittenes Poloshirt aus COOLMAX® – einer Funktionsfaser für extreme Belastungen. Temperaturregulierend, offener Armabschluss, 3-Loch-Knopfleiste mit extrem haltbar vernähten kontrastfarbigen Knöpfen, Flatlock-Nähte, Interlock aus 100 % Polyester, ca. 150 g/qm

Gr. S - XXL Farbe: schwarz und rot

Herren: Art-Nr. 806 Damen: Art-Nr. 206

inkl. Logo TVM klein Flock

28,95 €

### HEMD OLYMP Luxor

Bügelfrei  
Knitterfrei  
100% Baumwolle  
Farbe: schwarz und weiß

Kragenweite: 38/40, 42/44, 46/48, 50

inkl. Logo TVM klein Stick

54,95 €

### BLUSE OLYMP Luxor

Bügelfrei  
Knitterfrei  
100% Baumwolle  
Farbe: schwarz und weiß

normale Konfektionsgröße: 34-48

inkl. Logo TVM klein Stick

59,95 €

## Die neue Teambekleidung

# TVM

TURNVERBAND MITTELRHEIN



### POLYESTERANZUG ALPHA LINE



Material, Einsätze und Innenfutter: 100% Polyester, Rippbund: 77% Polyester, 23% Elasthan

inkl. Logo TVM klein Flock

Ki.-Gr. 0-3 Art-Nr. 101003

He.-Gr. 4-12 Art-Nr. 101003

Da.-Gr. 34-48 Art-Nr. 101023

Kinder: 75,00 € Erwachsene: 80,00 €

### Fachwart TVM:

Alfred Goebels, Am Graben 6, 56379 Dörnberg,  
T u. Fax 06439/6123, E-Mail: alfred-goebels@t-online.de

### Fachwart RhTB:

Siegfried Schumann, Obere Zahlbacher Str. 16, 55131 Mainz,  
T 06131/52220

## DFBL-Termine Hallenfaustball

Januar/Februar 15./16. Januar	Meisterschaftsspiele der Bundesligen Europa-Cup Vereinsmannschaften Männer in sterreich Europa-Cup Vereinsmannschaften Frauen in Deutschland
05./06. Februar	WDM männl. U18 Baden WDM weibl U18 Pfalz
12./13. Februar	WDM männl. U16 Mittelrhein WDM Frauen 35 Hessen WDM Männer 45 Saarland WDM weibl. U16 Pfalz
19./20. Februar	Aufstiegsspiele 1. BL. Frauen Männer WDM weibl. U14 Hessen WDM männl. U14 Saarland Aufstiegsspiele 2. BL. Frauen Männer BM M 60
26./27. Februar	DM Frauen
12./13. März	DM Männer
19./20. März	DM weibl U14 DM männl. U14 DM Männer 35 DM Männer 55
26./27. März	DM weibl U18 DM männl. U18 DM Männer 45 BM Frauen 35
02./03. April	BM weibl. U16 BM männl. U16

## DFBL-Termine Feldfaustball

Mai bis September 02./03. Juli	Meisterschaftsspiele der Bundesligen Europa-Cup Vereinsmannschaften Frauen in sterreich Europa-Cup Vereinsmannschaften Männer in Schweiz IFA-Cup Vereinsmannschaften Männer in Deutschland
09./10. Juli	EM weibl. männl. U18 Italien
16./17. Juli	WDM Senioren Mittelrhein/ Kirchen

	WDM weibl. männl. U18 Mittelrhein/ Kirchen
	EM Männer U21 Deutschland
	EM Frauen Deutschland
	WDM weibl männl. U14 Hessen
30.31. Juli	Weltpokal Frauen Männer
06./07. August	Aufstiegsspiele 1. und 2. BL
07.-14. August	Weltmeisterschaften Männer sterreich
20./21. August	BM weibl. männl. U12
27./28. August	DM weibl. männl. U18
03./04. September	DM weibl. männl. U14 DM Senioren
10./11. September	DM Jugendmeisterschaften der Landesturnverbände
17./18. September	DM Frauen Männer
24./25. September	BM weibl. männl. U16
Oktober	Jugend Europa-Cup

## Lehrarbeit

E 600 März	Schnupperlehrgang für Bambinis
E 601 April	Schiedsrichter-Aus- und Fortbildung Gruppe Süd
E 602 Juni	Leistungslehrgang weibliche und männliche Jugend U14
E 603 August	Leistungslehrgang weibliche U16/U18 Frauen
E 604 August	Leistungslehrgang männliche U16/U18 Junioren
E 605 Oktober	Schiedsrichter-Aus- und Fortbildung Gruppe Nord

## Veranstaltungen

- Bundesveranstaltungen in unserem Turnverband siehe DFBL-Terminplan Halle/Feld
- Meisterschaften Hallenfaustball aller Altersklassen in den Monaten November bis März
- Meisterschaften Feldfaustball aller Altersklassen in den Monaten Mai und Juni.  
Genauere Termine und Austragungsorte werden bei Erstellung des Spielplanes (Halle und Feld) festgelegt.

## Vereinsvertretertagungen

März und September

### Fachwart TVM:

Reiner Wolf, Oberstr. 3 a, 65558 Cramberg, T und Fax 06439/6826,  
E-Mail: prellball@tvm.org

### Fachwart RhTB:

nicht besetzt

### DTB-Termine

Datum	Veranstaltung	Ort
11. Januar	3. Spieltag Prellball-Bundesliga Männer 2010/11	n.n.
22. Januar	3. Spieltag Prellball-Bundesliga Frauen 2009/10	n.n.
26. Februar	4. Spieltag Prellball-Bundesliga Männer/Frauen	n.n.
05./06. März	Westdeutsche Prellball-Meisterschaften Jugend	n.n.
12./13. März	Westdeutsche Prellball-Meisterschaften Senioren	n.n.
26./27. März	3. Prellball-Master-Turnier Männer/Frauen	n.n.
07./08. Mai	48. Deutsche Prellball-Meisterschaften Senioren	n.n.
14./15. Mai	48. Deutsche Prellball-Meisterschaften Jugend	n.n.
21./22. Mai	Aufstiegsspiele zur Prellball-Bundesliga Männer/Frauen	n.n.
04./05. Juni	Aufstiegsspiele zur Prellball-Regionalliga Männer/Frauen	n.n.
18./10. Juni	28. Deutschlandpokal Prellball Jugend	n.n.
08. Oktober	1. Spieltag Prellball-Bundesliga Frauen 2011/12	n.n.
15. Oktober	1. Spieltag Prellball-Bundesliga Männer 2011/12	n.n.
12. November	2. Spieltag Prellball-Bundesliga Frauen 2011/12	n.n.
19. November	2. Spieltag Prellball-Bundesliga Männer 2011/12	n.n.

### Lehrarbeit

#### Schiedsrichterlehrgang/Auffrischungslehrgang

Datum:	12./13. November
Zeit:	Samstag: 09.00 -17.00 Uhr Sonntag: 09.00 - 15.00 Uhr
Ort:	Cramberg, Turnhalle
Inhalt:	Samstag: Auffrischungslehrgang für Schiedsrichter mit gültiger C/B-Lizenz und Lehrgang für interessierte Prellballspieler Samstag und Sonntag: Schiedsrichterlehrgang zum Erwerb der C-Lizenz
Teilnehmerkreis:	Schiedsrichter mit gültiger C/B-Lizenz, Lehrgang für interessierte Prellballspieler
Leitung:	LFW Prellball, Reiner Wolf, Oberstr. 3a, 65558 Cramberg, Tel.: 06439/6826
Referent/in:	LFW Prellball, NN
Gebühr:	./.
Meldeschluss:	30. September
Meldungen an:	LFW Prellball

### Veranstaltungen

#### 2. Landesligaspieltag Prellball, Saison 2010/2011, Männer 50/60

Datum:	16. Januar
Zeit:	Beginn 10.00 bis ca. 17.00 Uhr
Ort/Halle:	Turnhalle: Bereich Neuwied
Veranstalter:	Turnverband Mittelrhein Abteilung Prellball
Ausrichter:	TSG Irlich
Ausschreibung:	durch LFW Prellball, Reiner Wolf, Oberstr. 3a, 65558 Cramberg, Tel.: 06439/6826
Mannschaftsstärke / Wettkampfbedingungen:	Es gelten die Bestimmungen der OFS-FGO Stand 15.11.2007 und amtliche Regeln für Prellball vom 01.01.1999
Zulassung:	Spielberechtigt sind Teilnehmer, die vor dem 01.07.1961 geboren wurden
Kampfrichter:	Werden gemäß Spielplan von den spielfreien Mannschaften gestellt
Meldung an:	LFW Prellball
Meldeschluss:	24. Oktober
Meldegeld:	25,00 EUR pro Mannschaft
Sonstiges:	Der erste Spieltag der Saison 2010/2011 findet am 07.11.2010 bei der TSG Irlich, in der Halle der Realschule, In der Laach-Augustenthalerstraße, 56567 Neuwied-Niederbieber, statt

#### 1. Landesligaspieltag Prellball, Saison 2011/2012, Männer 50/60

Datum:	06. November
Zeit:	Beginn 10.00 bis ca. 17.00 Uhr
Ort/Halle:	wird am 2. Spieltag der Saison 2010/11 festgelegt
Veranstalter:	Turnverband Mittelrhein Abteilung Prellball
Ausrichter:	wird am 2. Spieltag der Saison 2010/11 festgelegt
Ausschreibung:	durch LFW Prellball, Reiner Wolf, Oberstr. 3a, 65558 Cramberg, Tel.: 06439/6826
Mannschaftsstärke / Wettkampfbedingungen:	Es gelten die Bestimmungen der OFS-FGO Stand 15.11.2007 und amtliche Regeln für Prellball vom 01.01.1999
Zulassung:	Spielberechtigt sind Teilnehmer, die vor dem 01.07.1962 geboren wurden
Kampfrichter:	Werden gemäß Spielplan von den spielfreien Mannschaften gestellt
Meldung an:	LFW Prellball
Meldeschluss:	23. Oktober
Meldegeld:	25,00 EUR pro Mannschaft

# Turnspiele

## Korbball, Indiaca

### Korbball

#### Fachwartin TVM:

Lieselotte Kohl, Am Eichbaum 15, 56077 Koblenz, T 0261/9830440 p., E-mail: korbball@tvm.org

#### Veranstaltungen

##### Korbball-Hallenrunde 2011/2012

Datum: September 2011 bis Mai 2012  
Ausrichter: Korbball spielende Vereine  
Veranstalter: Turnverband Mittelrhein  
Ausschreibung: Alterklassen: Frauen (ab 18 Jahre)  
Jugend (16-19 Jahre)  
Schülerinnen (12-15 Jahre)  
Nachwuchs (bis 11 Jahre)  
Kampfrichter: Die Vereine sind verpflichtet, Schiedsrichter zu stellen  
Meldung an: Landesfachwartin  
Meldegeld: 30,00 EUR je Mannschaft  
Meldeschluss: 01. September 2011

### Indiaca

#### Fachwartin TVM:

Magdalene Görg, Gartenstr. 8, 56459 Stahlhofen, T 02663-917768, E-mail: indiaca@tvm.org

#### Fachwart RhTB:

Frank Schindel, Am Rosengarten 7, 55288 Saulheim, E-Mail: frank.schindel@gmx.de

#### DTB-Termine

14./15. Mai	Deutsche Jugendmeisterschaften	Ausrichter: Westfälischer Turnerbund
21./22. Mai	Deutsche Seniorenmeisterschaften Klasse 45 und 55	Ausrichter: Niedersächsischer Turnerbund
28./29. Mai	Offene Deutsche Meisterschaften	Ausrichter: Turnverband Mittelrhein / GV Salz
Juni	Deutsche Seniorenmeisterschaften Klasse 35	Ausrichter: Bayerischer TSV

#### Veranstaltungen

##### TVM-Meisterschaften Indiaca

Datum: 20. März  
Zeit: n.n.

Ort: Salz  
Ausrichter: GV Salz  
Veranstalter: Turnverband Mittelrhein  
Infos und Anmeldung:  
Magdalene Görg, Gartenstr. 8, 56459 Stahlhofen, Tel. 02663-917768, E-Mail: indiaca@tvm.org



### Bundesgartenschau 2011 Koblenz verwandelt



*Wir sind dabei!*

Die Turnerinnen und Turner  
freuen sich auf  
bewegende Blütenmeere.

**23. - 26. Juni 2011  
Koblenz**

Infos: TVM, Rheinau 10, 56075 Koblenz  
E-Mail: gymnaestrada@tvm.org  
Hotline: 0261/135-153 oder 158



**BUGA-Gym 2011  
Koblenz**  
Faszination Gymnastik & Tanz 



# Treffpunkt der **guten Gefühle.**

*Wir freuen uns auf Sie!*



**TOYOTA**



**LEXUS**

**Löhr Automobile GmbH & Co. KG**

Am Berg 3 · 56070 Koblenz  
Tel.: (02 61) 9817-100 · [toyota-koblenz.de](http://toyota-koblenz.de)

**Löhr Automobile GmbH**

Mainzer Str. 130 · 65189 Wiesbaden  
Tel.: (0611) 505074-10 · [toyota-wiesbaden.de](http://toyota-wiesbaden.de)

**Löhr Automobile GmbH**

Hechtsheimer Straße 27 · 55131 Mainz  
Tel.: (06131) 2399-510 · [toyota-mainz.de](http://toyota-mainz.de)

**löhr**  
automobile

# TURNVERBAND MITTELRHEIN

## Geschäftsstelle

<b>Anschrift</b>	Turnverband Mittelrhein, Haus des Turnens, Rheinau 10, 56075 Koblenz, T 0261/135-150, Fax 0261/135-159, Internet: <a href="http://www.tvm.org">http://www.tvm.org</a> , E-Mail: <a href="mailto:geschaeftsstelle@tvm.org">geschaeftsstelle@tvm.org</a>
<b>Bankverbindung</b>	Konto-Nr. 56044, Sparkasse Koblenz, BLZ 570 501 20
<b>Geschäftsführer</b>	Stefan Lenz, T 0261/135-150 d., Fax 0261/135-159 d., E-Mail: <a href="mailto:geschaeftsstelle@tvm.org">geschaeftsstelle@tvm.org</a>
<b>Landesturnzeitung</b>	Schriftleitung Michael Kayser, Rheinau 10, 56075 Koblenz,
<b>„Turnen in Rheinland-Pfalz“</b>	T 0261/135-157, Fax 0261/135-159, E-Mail: <a href="mailto:edv@tvm.org">edv@tvm.org</a>
<b>Sportschule Oberwerth</b>	Rolf Mäckler, Lortzingstr. 1 a, 56075 Koblenz, T 0261/135-152, Fax 0261/135-159, E-Mail: <a href="mailto:tuju@tvm.org">tuju@tvm.org</a>
<b>Turnerheim</b>	Turner- und Jugendheim Loreley, Auf der Loreley, 56346 St. Goarshausen, T 06771/2619, Fax 06771/8189, E-Mail: <a href="mailto:tuhe@loreley-herberge.de">tuhe@loreley-herberge.de</a>
<b>Bundesstützpunkt Trampolin</b>	Peter Gehrke, Humperdinckstr. 110, 55543 Bad Kreuznach, T 0671/68436
<b>Turnforum Koblenz</b>	Rolf Mäckler, Rheinau 10, 56075 Koblenz, T 0261/135-152, Fax 0261/135-159, E-Mail: <a href="mailto:tuju@tvm.org">tuju@tvm.org</a>
<b>TVM-Sportmarketing GmbH</b>	Rheinau 10, 56075 Koblenz, T 0261/135-150
<b>Werner-Klein-Stiftung</b>	Rheinau 10, 56075 Koblenz, T 0261/135-150
<b>DTB-Akademie</b>	Außenstelle Koblenz, Rheinau 10, 56075 Koblenz, T 0261/135-150, Fax 0261/135-153 oder 158, E-Mail: <a href="mailto:referent-ausbildung@tvm.org">referent-ausbildung@tvm.org</a> oder <a href="mailto:ausbildung@tvm.org">ausbildung@tvm.org</a>
<b>DTB-Turn-Talentschule „Anna Dogonadze“ Bad Kreuznach (Trampolin)</b>	Heiko Berger, Pfalzsprung 25, 55543 Bad Kreuznach
<b>DTB-Turn-Talentschule „Gabi Weller“ Baumbach (Gerätturnen weiblich)</b>	Alina Lazar, Dresdener Str. 3, 56235 Ransbach-Baumbach
<b>DTB-Turn-Talentschule „Gertalis Schohs“ Koblenz (Gerätturnen weiblich)</b>	Ralf Schall, Dammweg 20, 56295 Kerben
<b>DTB-Turn-Talentschule „Höhr-Grenzhausen“ (Rhythmische Sportgymnastik)</b>	Gerhild Fischer, Fröbelstr. 21, 56203 Höhr-Grenzhausen
<b>DTB-Turn-Talentschule „Marianne Reimann“ Iederwörresbach (Gerätturnen weiblich)</b>	Rolf Schwabbacher, Am Berg 4, 55606 Hahnenbach

## Mitarbeiter / Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle

Ansprechperson	Telefondurchwahl / E-Mail	zuständigkeitsbereiche
Stefan Lenz	0261/135-150 <a href="mailto:geschaeftsstelle@tvm.org">geschaeftsstelle@tvm.org</a>	Geschäftsführung / Marketing / Verwaltung / Organisation
Melanie Nillius Kerstin Sprenger	0261/135-150 <a href="mailto:geschaeftsstelle@tvm.org">geschaeftsstelle@tvm.org</a>	Sekretariat / Ehrungen / Gymmotion / Öffentlichkeitsarbeit / Showbühnen
Rolf Mäckler	0261/135-152 <a href="mailto:tuju@tvm.org">tuju@tvm.org</a>	Jugend, Freizeiten, Mitgliederverwaltung, Technische Organisation, TVM-Reisen
Christine Brodmann	0261/135-156 <a href="mailto:oeffentlichkeitsarbeit@tvm.org">oeffentlichkeitsarbeit@tvm.org</a>	
Hans-Peter Kress	0261/135-153 <a href="mailto:referent-ausbildung@tvm.org">referent-ausbildung@tvm.org</a>	Aus- und Fortbildungen, DTB-Akademie, Wettkämpfe, Pluspunkt Gesundheit.DTB, Passstelle
Andrea Frank	0261/135-158 <a href="mailto:ausbildung@tvm.org">ausbildung@tvm.org</a>	
Michael Kayser Agneta Terebesi	0261/135-157 0261/135-155 <a href="mailto:edv@tvm.org">edv@tvm.org</a>	PR, EDV, Internet, Finanzen

# TURNVERBAND MITTELRHEIN

## Präsidium

Präsident	Michael Mahler, Arienheller Str. 49, 56598 Rheinbrohl, T 02635/7210 d., Fax 02635/7229 d., E-Mail: praesident@tvm.org
Vizepräsident Verbandspolitik u. besondere Aufgaben	Günter Kern, Loreleystr. 2 a, 56348 Weisel, T 06774/470 p., T 02603/972159 d., Fax 02603/972399 d., E-Mail: praesidium-verbandspolitik@tvm.org
Vizepräsident Gesellschaftspolitik	Wolfgang Gipp, Kiefernweg 4, 56154 Boppard, T 06742/3054 p., Fax 06742/899043 p., E-Mail: praes-gesellschaftspolitik@tvm.org
Vizepräsident Finanzen	Joachim Müller, Unterdorfstr. 16, 56077 Koblenz, T 0261/77921 p., E-Mail: praesidium-finanzen@tvm.org
Vizepräsidentin Frauen	Anneli Fix, Am Rosenhang 6, 65558 Holzheim, T 06432/644784 p., Fax 06432/644785 p., E-Mail: praesidium-frauen@tvm.org
Vizepräsident öffentlichkeitsarbeit	Willi Becker, Hülsensteeg 52, 51515 Kürten, T 02268/909684 p., E-Mail: praes-oeffentlichkeitsarbeit@tvm.org
Vizepräsidentin Allgemeines Turnen	Kirstin Schöneberg, Ehrenberg 6, 53577 Neustadt/Wied, T 02683/946637 p., 02244-871050 d., Fax 02683/969912 p., Fax 02244-871052 d., E-Mail: praesidium-allgemeines-turnen@tvm.org
Vizepräsident Leistungssport	Dr. Peter Radermacher, Oberheckerweg 27 a, 56112 Lahnstein, T 02621/180598 p., T 0261/12201 d., Fax 0261/17546 d., E-Mail: praesidium-leistungssport@tvm.org
Vizepräsident Turnspiele	Gerhard Glöckner, Austr. 31, 57548 Kirchen, T 02741/63405 p., E-Mail: praesidium-turnspiele@tvm.org
Vizepräsidentin Bildung	Ute Bernardy, Horchheimer Höll 12, 56112 Lahnstein, T 02621/61548 p., E-Mail: praesidium-bildung@tvm.org
Jugendvertreterin	Christina Kayser, Schülersmühle 4, 55481 Dillendorf, T 06763/961140 p., E-Mail: praesidium-jugend@tvm.org
Vertreter Turngaue	Frank Schneising, Gappenacher Str. 27, 56295 Rüber, T 02654/962005 p., Fax 02654/961937 p., E-Mail: praesidium-turngaue@tvm.org
Geschäftsführer mit beratender Stimme	Stefan Lenz, T 0261/135-150 d., Fax 0261/135-159 d., E-Mail: geschaeftsstelle@tvm.org

## Schiedsausschuss

Marianne Schröder, Handerweg 7, 56112 Lahnstein, T 02621/2624  
Albert Krebs, Sebastianusstr. 59, 56112 Lahnstein, T 02621/3347  
Prof. Dr. Reinhold Rörig, Weidmannstr. 69, 55131 Mainz, T 06131/831565  
Klaus-Hermann Wilbert, Schnörrnberg 2, 65624 Altendiez, T 06432/81882  
jur. Beirat: Dr. Wolfgang Nix, Am Stadtgraben 7, 56626 Andernach, T 02632/44476

## Ehrenmitglieder

Prof. Gertalis Schohs, Festung Ehrenbreitstein, 56077 Koblenz, T 0261/75208  
Albert Krebs, Sebastianusstr. 59, 56112 Lahnstein, T 02621/3347  
Matthias Kapp, Eduard-Schieffer-Str. 1, 54295 Trier, T u. Fax 0651/36605, E-Mail: satz-text.kapp@t-online.de

## Fachwarte/-wartinnen

Gerätturnen weiblich	Andrea Petersohn, Im Blütenhain 38, 56154 Boppard, T 06742/844612 p., E-Mail: geraettturnen-weiblich@tvm.org
Gerätturnen männlich	Joachim Alt, Neuer Weg 3, 56077 Koblenz, T 0261/43875 p., Fax 0322-23706110 p., E-Mail: geraettturnen-maennlich@tvm.org
Rhythmische Sportgymnastik	Gerhild Fischer, Fröbelstr. 21, 56203 Höhr-Grenzhausen, T 02624/2372 p., Fax 02624/8470 p., E-Mail: rsg@tvm.org
Trampolinturnen	Ingrid Eisloffel, Käthe-Kollwitz-Str. 26, 55543 Bad Kreuznach, T 0671/7948832 p., Fax 0671/7948833 p., E-Mail: trampolinturnen@tvm.org
Rhönradturnen	Dirk Erbele, W.-A.-Mozart-Str. 5, 56751 Polch, T 02654/407121, E-Mail: rhoenradturnen@tvm.org
Orientierungslauf	Jürgen Pfannkuchen, Kreuzflur 32, 54296 Trier, T 0651/16588 p., 0651/2012462 d., E-Mail: orientierungslauf@tvm.org
Gymnastik und Fitnesssport	Christina Bengel, Auf der Henschwies 2, 55494 Rheinböllen, T 06764/622, Fax 06764/30145, E-Mail: gymnastik-frauen@tvm.org
Aerobic	Antje Grundmann, Am Moselstausee 8, 56073 Koblenz, T 0261/30007104 p., E-Mail: aerobic@tvm.org
Rope Skipping	Joachim Kossmann, Ferdinand-Schmitz-Str. 20, 56598 Rheinbrohl, T 02635/4881, Fax 02635/4305, E-Mail: rope-skippping@tvm.org
Turnen der Iteren	Renate Krell, Einmuthstr. 31, 56338 Braubach, T u. Fax 02627/970118 p., E-Mail: aeltere@tvm.org

# TURNVERBAND MITTEL RheIN

Leichtathletik	Rolf Schwabbacher, Am Berg 4, 55606 Hahnenbach, T 06752/2107 p., E-Mail: leichtathletik@tvm.org
Mehrkämpfe	Margret Quirbach, Bahnhofsweg 7, 56073 Koblenz, T 0261/46019 p., E-Mail: m.quirbach@t-online.de
Schwimmen	nicht besetzt
Friesenkampf	nicht besetzt
Schneesport und Touristik	Willi Becker, Hülsensteeg 52, 51515 Kürten, T 02268/909684 p., E-Mail: ski_touristik@tvm.org
Lehrarbeit	Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz, T 0261/135-153, Fax 0261/135-159, E-Mail: referent-ausbildung@tvm.org
Musik und Spielmannswesen	nicht besetzt
Wandern	Erich Haag, Eulenberg 13, 55606 Kirn, T 06752/8408 p., Fax 06752/963441 p., E-Mail: wandern@tvm.org
Faustball	Alfred Goebels, Am Graben 6, 56379 Dörnberg, T u. Fax 06439/6123 p., E-Mail: faustball@tvm.org
Prellball	Reiner Wolf, Oberstr. 3 a, 65558 Cramberg, T u. Fax 06439/6826 p., E-Mail: prellball@tvm.org
Korbball	Lieselotte Kohl, Am Eichbaum 15, 56077 Koblenz, T 0261/9830440 p., T 02631/803436 d., E-Mail: korbball@tvm.org
Ringtennis	Frank Hein, Landratsgarten 23, 56564 Neuwied, T 02631/95703 p., E-Mail: ringtennis@tvm.org
Volleyball	nicht besetzt
Indiaca	Magdalene Görg, Gartenstr. 8, 56459 Stahlhofen, T 02663/917768 p., T 02663/8112 d., E-Mail: indiaca@tvm.org

## Kampfrichterwarte/-wartinnen

Geräturnen männlich	Diethelm Schnell, Hauptstr. 10, 56598 Rheinbrohl, T 02635-1551, E-Mail: diethelmschnell@aol.com Kirstin Schöneberg, Ehrenberg 6, 53577 Neustadt/Wied, T 02683/946637 p., Fax 02683/969912 p., E-Mail: kirstinschoeneberg@t-online.de
Geräturnen weiblich	Elke Brannekämper, Ziegeleistr. 7, 56321 Brey, T 02628/9899920 p., Fax 02628/9899921 p., E-Mail: Brannekaemper@online.de
Rhythmische Sportgymnastik	Gerhild Fischer, Fröbelstr. 21, 56203 Höhr-Grenzhausen, T 02624/2372 p., Fax 02624/8470 p., E-Mail: rsg@tvm.org
Trampolinturnen	Stephanie Bucher, Franz-Marc-Str. 14, 55543 Bad Kreuznach, T 0671/8960816 p., E-Mail: bucher@ithas.de
Leichtathletik	Günter Hussong, Von-Lassaulx-Str. 25, 53424 Remagen, T 02642/1242 p., E-Mail: ghussong@t-online.de
Schwimmen	nicht besetzt

## Turngau Mosel-Saar

Geschäftsstelle	Rittersdorfer Str. 21, 54634 Bitburg, T 06561/5711, Fax 06561/942740, E-Mail: turngau-mosel-saar@tvm.org
Vorsitzender	Post an: Dieter Schilling, Rittersdorfer Str. 21, 54634 Bitburg, T 06561/8433 p., Fax 06561/945530, E-Mail: oberturnwart-mosel-saar@tvm.org
Oberturnwart	Dieter Schilling, Rittersdorfer Str. 21, 54634 Bitburg, T 06561/8433 p., Fax 06561/945530, E-Mail: oberturnwart-mosel-saar@tvm.org
Frauenwartin	nicht besetzt

## Turngau Mosel

Geschäftsstelle	Hirtenpfad 23, 56841 Traben-Trarbach, T 06541/811404 p., Fax 06541/6716 p., E-Mail: info@turngau-mosel.de, Internet: www.turngau-mosel.de
Vorsitzender	Willi Köberlein, Im Eichenhain 1, 54538 Bengel, T 06532/3080 p., T 06571/924162 d., Fax 06532/937025 d., E-Mail: turngau-mosel@tvm.org
Oberturnwart	Hugo Schlink, Hirtenpfad 23, 56841 Traben-Trarbach, T 06541/811404 p., Fax 06541/6716 p., E-Mail: oberturnwart-mosel@tvm.org
Frauenwartin	nicht besetzt

## Turngau nahetal

Geschäftsstelle	Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625 p., Fax 06755/969669 p., E-Mail: turngau-nahetal@tvm.org
Vorsitzender	Wolfgang Scheib, Maxdorf 69, 55571 Odernheim, T 06755/625 p., Fax 06755/969669 p., E-Mail: turngau-nahetal@tvm.org
stellv. Vorsitzender u. Ressortleiter Breiten- u.	Reinhard Fuchs, Bergstr. 64, 55595 Roxheim, T 0671/40515 p., E-Mail: reinhard.fuchs@turngau-nahetal.de

# TURNVERBAND MITTELRHEIN

Gesundheitssport, Spiele  
Frauenwartin

Gertrud Winter, Rotenfelsblick 24, 55583 Bad Münster a. Stein/Ebernburg,  
T 06708/2626, E-Mail: gertrud.winter@turngau-nahetal.de

## Turngau Hunsrück

Geschäftsstelle

Christina Sauer, Salzbitz 5, 55481 Kirchberg, Telefon 06763/543773,  
Fax 06763/543949, E-Mail: info@tg-hunsrueck.de, Internet: www.tg-hunsrueck.de

Vorsitzende

Renate Linn-Reuter, Am Osterrech 10, 55481 Kirchberg, T 06763-3650 p.,  
E-Mail: reate.linn-reuter@tg-hunsrueck.de

Oberturnwart  
Frauenwartin

Otto Riedel, Lauschhütte 8, 55494 Dichtelbach, T u. Fax 06764/779 p., E-Mail: oberturnwart-hunsrueck@tvm.org  
Ute Link, Am Ring 56, 56288 Kastellaun, T 06762/1387 p., E-Mail: link@tg-hunsrueck.de

## Turngau Rhein-Mosel

Geschäftsstelle

Margret Quirbach, Bahnhofsweg 7, 56073 Koblenz, T 0261/46019,  
E-Mail: m.quirbach@t-online.de, Internet: www.turngau-rhein-mosel.de

Vorsitzender

Dieter Stiehl, Blücherstr. 216 a, 55422 Bacharach, T 06743/919151 p., E-Mail: turngau-rhein-mosel@tvm.org

Techn. Leiter

Franz-Josef Genn, Grabenstr. 6, 56575 Weißenthurm, T 02637/7119 p., E-Mail: oberturnwart-rhein-mosel@tvm.org

Frauenwartin

n.n.

## Turngau Rhein-Ahr-ette

Vorsitzender

Frank Schneising, Gappenacher Str. 27, 56295 Rüber, T 02654/962005 p.,  
Fax 02654/961937 p., E-Mail: 1.vorsitzender@turngau-rhein-ahr-nette.de

Oberturnwart

Siegfried Schmidt, Zum Gierschberg 28, 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler,  
T u. Fax 02641/25203 p., E-Mail: oberturnwart@turngau-rhein-ahr-nette.de

Frauenwartin

Brigitte Hussong, Von-Lassaulx-Str. 25, 53424 Remagen, T 02642/1242, E-Mail: GHussong@t-online.de

## Turngau Rhein-Westerwald

Vorsitzender

Hans-Josef Becker, Südallee 6, 56068 Koblenz, T 0261/38795 p.,  
T 0261/2871660 d., Fax 0261/2871661 d., E-Mail: turngau-rhein-westerwald@tvm.org

Ressortleiter Wettkampfsport

Hans-Jörg Heid, Erlening 31, 56424 Mogendorf, T 02623/6288 p.,  
Fax 02623/970846 p., E-Mail: oberturnwart-rhein-westerwald@tvm.org

Ressortleiterin Frauen-,  
Gesundheits- Freizeitsport

Karla Thiede, Krokusstr. 4, 56410 Montabaur, T u. Fax 02602/17254

## Turngau Rhein-Lahn

Geschäftsstelle

Post an: Heinz Heuwinkel, Sonnenweg 2, 56357 Geisig, T 06776/1077 p., E-Mail: h\_heuwinkel@web.de

Vorsitzender

Bernd Menche, Ringstr. 13, 56379 Dörnberg, T 06439-1666 p., E-Mail: bernd.menche@web.de

Oberturnwart

Armin Schäfer, Mühlbachstr. 8 a, 56357 Geisig, T 06776/366 p., E-Mail: oberturnwart-rhein-lahn@tvm.org

Frauenbeauftragte

Birgit Peetz, Emser Str. 18, 56132 Becheln, T 02603/5498 p., Fax 02603/3569 p., E-Mail: stefanpeetz@t-online.de

# RHEINHESSISCHER TURNERBUND

## Geschäftsstelle und Turnerheim

Anschrift	Jahnstr. 4, 55124 Mainz, T 06131-94170, Fax 06131-941717, E-Mail: info@rhtb.org - Internet: www.rhtb.org
Bankverbindung	Konto-Nr. 5347, VR Bank Mainz, BLZ 550 604 17
Geschäftsführer	Carsten Petry, T 06131/9417-11
Landesturnzeitung	„Turnen in Rheinland-Pfalz“, Redaktion Geschäftsstelle Rhein Hessischer Turnerbund, E-Mail: oeffentlichkeit@rhtb.org
Turnerheim	Turnerheim RhTB, Jahnstr. 4, 55124 Mainz, T 06131-94170, Fax 06131-941717

## Mitarbeiter / Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle

Ansprechpartner	Tel.-Durchwahl / E-Mail	Aufgabenbereich
Carsten Petry	06131-9417-11 E-Mail: geschaeftsstelle@rhtb.org	Geschäftsführer, Marketing, Veranstaltungsorganisation, allgemeine Beratung
Charlotte Giric	06131-9417-13 E-Mail: ausbildung@rhtb.org	Lehrarbeit, Übungsleiteraus- und -fortbildung, Lizenzverlängerung
Christina Hammerle	06131-9417-0 E-Mail: verwaltung@rhtb.org	Organisation Lehrgänge, Passwesen, Ehrungen
Roswitha Fiskus	06131-9417-0 E-Mail: info@rhtb.org	Kassenwesen, Hausverwaltung
Rainer Jordan Mo – Mi 9-16 Uhr	06131-9417-14 E-Mail: oeffentlichkeit@rhtb.org	ffentlichkeitsarbeit, EDV, Bestandserhebung, Wettkampforganisation
Anne Krieger Di. · Do. 8-12 Uhr	06131-9417-12 E-Mail: gesundheitssport@rhtb.org	Vereinsberatung Gesundheitssport
n.n.	06131-9417-14 E-Mail: kinderturnen@rhtb.org	Kinderturnen, Jugend

## Präsidium

Präsident	Detlef Mann, Am Grünen Weg 13, 55239 Gau-Odernheim, T 06733-960700, Fax -960701, E-Mail: Praesident@rhtb.org
Vizepräsidentin Finanzen und Verwaltung	Margot Heßdörfer, Ahornstraße 1, 55597 Gumbsheim, T 06703-961032 E-Mail: VPFinanzenundVerwaltung@rhtb.org
Vizepräsident Sport	Christian Bader, Auf dem Driesch 9, 55127 Mainz, T 06131-6223650, mob. 0179-6833660, E-Mail: VPSport@rhtb.org
Vizepräsidentin Kinderturnen	Eva Wirth-Kunkel, An der Altbach 12, 67551 Worms, T 06241-973077, E-Mail: VPKinderturnen@rhtb.org
Vizepräsident	
Verbandsentwicklung	Michael Hüttner, Gaustr. 21, 55411 Bingen, T 06721-408759, E-Mail: VPVereinsentwicklung@rhtb.org
Vizepräsident Bildung	Dr. Patrick Siegfried, Katharina-Friederich-Str. 9, 55129 Mainz, T 06136-7641160, E-Mail: VPBildung@rhtb.org
Vizepräsident/in GYMWELT	n.n., E-Mail: VPGymwelt@rhtb.org
Vorsitzende/r RhTJ	n.n., E-Mail: vorsitzender-rhtj@rhtb.org

## Turngauvorsitzende im Präsidium

Turngau Alzey	Margot Heßdörfer, Ahornstraße 1, 55597 Gumbsheim, T 06703-961032, E-Mail: margot-hessdoerfer@online.de
Turngau Bingen	Volker Freudenberger, Schulstr. 21, 55270 Schwabenheim, T 06131-686499, E-Mail: vfreudenberger@turngau-bingen.de

# RHEINHESSISCHER TURNERBUND

Turngau Mainz Kerstin Bub, An den Reben 49, 55124 Mainz, T/Fax 06131-384240, E-Mail: Bub-Mainz@t-online.de  
Turngau Worms Margot Ihrig, Kriegsheimer Str. 29, 67590 Monsheim, T 06243-8601, Fax 06243-908428

## Fachwarte / Fachwartinnen G MWELT

Schneesport Martin Wald, Langgasse 3, 55435 Gau-Algesheim, T 06725-2468, E-Mail: martin.wald@t-online.de  
Gymnastik · Tanz / Dance Steffi Küchenmeister, Köppelstr. 15, 55120 Mainz, T 0172-2841708, E-Mail: hiphopsteffi66@arcor.de  
Orientierungslauf Klaus Wersin, Waldstr. 22, 55257 Budenheim, T 06139-5164, E-Mail: Wersin@kabelmail.de  
Aerobic Katrin Engel (komm.), Wilhelm-von-Erlanger Straße 55, 55218 Ingelheim, T 06132-73436, E-Mail: fitnessengel@aol.com  
Turnfahrten und Wandern Albrecht Langenbach, Nordhöferstr. 13, 67583 Guntersblum, T 06249-2307, E-Mail: a.langenbach@beckpc.de  
Musik und Spielmannswesen Karl-Heinz Heinrich, Hofstr. 27, 55413 Weiler, T 06721-36230, E-Mail: k-hheinrich@t-online.de

## Fachwarte / Fachwartinnen SPORT

Gerätturnen männlich Tanja Hauf, Oderstr. 9, 67550 Worms, T 06242-503965, E-Mail: tano.hauf@t-online.de  
Gerätturnen weiblich Mark Graff, Im Woog 2, 55234 Erbes-Büdesheim, T 06731-7481, E-Mail: mgraff@students.uni-mainz.de  
Rhönradturnen Sabine Mies, Elsa-Brandström-Str. 20 g, 55124 Mainz, T 06131-684888, E-Mail: wisahase.mies@t-online.de  
Rhythm. Sportgymnastik Alice Habermeier, Portugieserstr. 23, 55278 Mommenheim, T 06138-1618, Fax 06131-3936611, E-Mail: alice.habermeier@t-online.de  
Sportakrobatik Klaus Spengler, Am Damsberg 23 a, 55130 Mainz, T 06131-882255, Fax 06131-882265, E-Mail: kdjspengler@web.de  
Trampolinturnen Michael Vid, Generaloberst-Beck-Str. 3, App. A319, 55129 Mainz, mob. 0177-7611957, E-Mail: michael.vid@web.de  
Mehrkämpfe n.n.  
Leichtathletik Hans-Heiko Mattern, Bellerkirchstr. 14, 55599 Eckelsheim, T 06703-941631 p, 06703-930415 d., E-Mail: heikomattern@web.de  
Faustball Siegfried Schumann, Obere Zahlbacher Str. 16, 55131 Mainz, T 06131-52220 p, 06131-1494211 d  
Indiaca Frank Schindel, Am Rosengarten 7, 55288 Saulheim, E-Mail: frank.schindel@gmx.de  
Rope-Skipping Steffi Iriohn, Hubertusweg 7, 55268 Nieder-Olm, T 06136-916882, E-Mail: steffi.iriohn@gmx.de

**Archivar** n.n.

## Beauftragte Kampfrichter- und Lehrwesen

Gerätturnen weibl. n.n.  
Gerätturnen männlich Mike Graff, Im Woog 2, 55234 Erbes-Büdesheim, 06731-7481, E-Mail: mgraff@rhrk.uni-kl.de  
Leichtathletik Rudolf Würfel, Bei den neun Morgen 16, 55232 Alzey, T 06731-943608 p, 06131-3923148 d, Fax 06731-42911, E-Mail: rudolf.wuerfel@nexgo.de  
Rhythm. Sportgymnastik Irina Delcheva-Mehringer, Limburgerstr. 9, 70739 Fellbach-Schmiden, T 0711-5108813  
Gymnastik und Tanz Silvia Noack, Oppenheimer Weg 9, 55278 Uelversheim, T 06249-8314

## Schiedsgericht

Herbert W. Hofmann, Lindenallee 21, 67549 Worms, T 06241-74748, Fax 06241-955799, E-Mail: herbert.w.hofmann@gmx.de  
Toni Gumbrich, Bürgermeister-Braden-Str. 3, 55411 Bingen, T 06721-41299, E-Mail: tgumbrich@t-online.de  
Horst Bayer, Mühlgasse 15, 55234 Ober-Flörsheim, T 06735-546  
Gert Stiegler, Sertoriusring 7, 55126 Mainz, T 06131-473049  
Rudolf Eyrisch, Amttorstr. 31, 67550 Worms, T 06242-4619, E-Mail: r.eyrisch@arcor.de

## Ehrenmitglieder

Ehrenvorstandsmitglied Herbert W. Hofmann, Lindenallee 21, 67549 Worms, T 06241-74748, Fax 06241-955799 E-Mail: herbert.w.hofmann@gmx.de

# RHEINHESSEISCHER TURNERBUND

Ehrenmitglied  
Ehrenmitglied  
Ehrenmitglied

Walter Konrad, Rheinstr. 22, 67574 Osthofen, T 06242-1496  
Wolf-Dieter Zeiss, Am Pfaffenweg 11, 67593 Westhofen, T 06244-4637  
Gert Stiegler, Sertoriusring 7, 55126 Mainz, T 06131-473049

## Turngaue

### Volker-Turngau Alzey

Vorsitzende Margot Heßdörfer, Ahornstraße 1, 55597 Gumbsheim, T 06703-961032, E-Mail: margot-hessdoerfer@online.de  
2. Vorsitzender Melanie Schmahl, Spitzgasse 11, 55234 Bernersheim, T 06731-9980992, E-Mail: melanie.schmahl@web.de  
Schriftführerin Sabine Hartmann, Gaustr. 155, 67549 Worms, T 06241-57594, E-Mail: ssaha5@aol.com  
Oberturnwartin Nadine Orben, Taubesgarten 10, 55234 Bechtolsheim, T 06733-9471344, mob. 0179-6715617,  
E-Mail: nadine.orben@web.de  
Kassenwartin Anja Schweitzer, In der Vorstadt 11, 55239 Gau-Odernheim, E-Mail: TJAB.Schweitzer@t-online.de  
Pressewart Heiko Wingert, Am Klauer 2a, 55578 Vendersheim, E-Mail: Heiko.Wingert@gmx.de  
Frauenwartin Brigitte Kaltenthaler, An der Rechenmühle 27A, 55232 Alzey, T 06731-42895, E-Mail: diekaltenthaler@t-online.de  
Jugendwart n.n.  
Ehrenvorsitzender Rudolf Baußmann, Bahnhofstr. 12, 55578 Wallertheim, T 06732-8859  
Ehrenvorstandsmitglied Reinhart Schäfer, Eleonorenstr. 93, 55597 Wöllstein, T 06703-303985  
Beisitzer Hans Fauth, Freiherr-von-Dachroth-Str. 12, 55288 Udenheim, T 06732-62523  
Beisitzer Harald Baußmann, Bahnhofstr. 12, 55578 Wallertheim, T 06732-8859, E-Mail: harald.baussmann@kabelmail.de  
Männer- und Altersturnwart Karlfried Roll, Saurehgässchen 3, 55234 Ober-Flörsheim, T 06735-1574  
Fachwartin Gerätturnen Nadine Orben, Taubesgarten 10, 55234 Bechtolsheim, T 06733-9471344, mob. 0179-6715617,  
E-Mail: nadine.orben@web.de  
Fachwartin RSG Irina Soroka, Carl-von-Ossietzky-Str. 13, 55233 Alzey, T 06731-4840169, E-Mail: IrinaSoroka@web.de  
Kampfrichterwart Mike Graff, Im Woog 2, 55234 Erbes-Büdesheim, T 06731-7481,  
E-Mail: mgraff@rhrk.uni-kl.de  
Gerätturnen männlich Rosi Sonn, Schulstr. 3, 55234 Flomborn, T 06735-8320, E-Mail: LRSonn@aol.com  
Kampfrichterwartin  
Gerätturnen weiblich  
Kinderturnwartin Melanie Schmahl, Spitzgasse 11, 55234 Bernersheim, T 06731-9980992, E-Mail: melanie.schmahl@web.de  
Leichtathletikwart Hans-Heiko Mattern, Bellerkirchstr. 14, 55599 Eckelsheim, T 06703-941631 p, -930415 d,  
E-Mail: heikomattern@web.de  
Kampfrichterwart LA Rudolf Würfel, Bei den neun Morgen 16, 55232 Alzey, T 06731-943608 p,  
06131-3923148 d, Fax 06731-42911, E-Mail: rudolf.wuerfel@nexgo.de  
Beauftr. für Gruppenhelfer Michaela Busch, Böllenbachweg 1, 55234 Eppelsheim, T 06735-941462, E-Mail: busch-michaela@t-online.de

### Turngau Bingen

Vorsitzender Volker Freudenberger, Schulstr. 21, 55270 Schwabenheim, T 06130-7485, T 06130-8592,  
E-Mail: vfreudenberger@turngau-bingen.de  
stv. Vorsitzender Ludwig Geyer, Fritz-Huxel-Str. 13, 55459 Aspisheim, T 06727-425, E-Mail: lgeyer@turngau-bingen.de  
assenwartin Ursula Degreif, An der Steig 26, 55271 Stackeden-Elsheim, T 06130-1722,  
Fax 06130-941705, E-Mail: udegreif@turngau-bingen.de  
Oberturnwart Jutta Kleemann, Friedhofstr. 26, 55271 Stackeden-Elsheim, T 06130-945536,  
E-Mail: jkleemann@turngau-bingen.de  
Geschäftsstelle Verona Engelmann, Eisenacher Str. 12, 55218 Ingelheim, T 06132-897958,  
Fax 06132-897959, E-Mail: info@turngau-bingen.de  
Pressewart Andrea Knaf, Eichenweg 10, 55262 Heidesheim, T 06132-657072,  
E-Mail: aknaf@turngau-bingen.de  
Kulturwartin nicht besetzt  
Jugendwart Holger Claus, Frankenstr. 43, 55437 Ockenheim, T 06725-300029, E-Mail: hclaus@turngau-bingen.de  
Beisitzerin Gertrude Bender, Bergstr. 34c, 55437 Ockenheim, T 06725-992482, E-Mail: gbender@turngau-bingen.de  
Ehrenvorsitzender Toni Gumbrich, Bürgermeister-Braden-Str. 3, 55411 Bingen, T 06721-41299, E-Mail: tgumbrich@turngau-bingen.de

# RHEINHESSEISCHER TURNERBUND

Ehrenoberturnwart	Gerd Rebmann, Stiegelgasse 64, 55218 Ingelheim, T 06132-6223255, Fax 06132-431178, E-Mail: grebmann@turngau-bingen.de
Ehrenvorstandsmitglied	Heinz Claus, Neugasse 5, 55437 Appenheim, T 06725-2205
Fachwart für	
Gerätturnen männlich	n.n.
Fachwartin für	Annette Rath-Bernarding, Auf der Schlossweide 4, 55271 Stackeden-Elsheim, T 06130-7602, E-Mail: abernarding@turngau-bingen.de
Gerätturnen weiblich	
Kampfrichterwart	
Gerätturnen männlich	n.n.
Kampfrichterwartin	Petra Kuhn, In der Siedlung 23, 55291 Saulheim, T 06732-64756, E-Mail: pkuhn@turngau-bingen.de
Gerätturnen weiblich	
Männerturn- u. sportwart	Günther Degreif, An der Steig 26, 55271 Stackeden-Elsheim, T 06130-1722, Fax 06130-941705, E-Mail: gdegreif@turngau-bingen.de
Frauenturn- und sportwartin	n.n.
Kinder- u. Jugendturnwartin	Sabine Stettler, Klopfgasse 6, 55437 Appenheim, T 06725-5676, E-Mail: sstettler@turngau-bingen.de
Wanderwart	Friedel Finkenauer, Hauptstr. 62, 55270 Bubenheim, T/Fax 06130-544, E-Mail: ffinkenauer@turngau-bingen.de

## Turngau Mainz

Vorsitzende	Kerstin Bub, An den Reben 49, 55122 Mainz, T/Fax 06131-384240, E-Mail: Bub-Mainz@t-online.de
Stv. Vorsitzender	Rüdiger Ulrich, Schornsheimer Weg 19 A, 55270 Sörrenloch, T 06136-762466 E-Mail: Leiter@mtv1817-turnen.de
Oberturnwart	Manfred Hock, Lahnstr. 7, 55296 Harxheim, T 06138-6958, Fax 06138-941371 E-Mail: M.Hock.Harxheim@t-online.de
Kassenwart	Ernst Stiegler, Am Beinestein 9, 55270 Ober-Olm, T/Fax 06136-8685, E-Mail: Ernst-Stiegler@t-online.de
Schriftführer	Frederik Utesch, Elfmorgen 11, 55270 Zornheim, T 06136-752864, E-Mail: Fredrik@go4utesch.de
Pressewartin	Tanja Eich, Theodor-Körner-Str. 7, 55124 Mainz, T 06131-45461, E-Mail: tanjahaase@web.de
Beisitzer	Bernhard Roth, Am Gonsenheimer Spieß 83, 55122 Mainz, T 0176-37340304, E-Mail: Bernhard.Roth1@gmx.de
Beisitzerin	Vera Helling, Am Rotfloß 16, 55296 Gau-Bischofsheim, T 06135-70794, E-Mail: Vera.Helling@t-online.de
Beisitzerin	Gisela Schenk, Otto-Wels-Str. 39, 55130 Mainz, T 06131-833836
Beisitzerin	Lieselotte Jung, Brunnenstr. 4, 55130 Mainz, T 06131-831576, E-Mail: L-Jung@web.de
Geschäftsstelle	Lieselotte Jung, Brunnenstr. 4, 55130 Mainz, T 06131-831576, E-Mail: L-Jung@web.de
Ehrenmitglied	Gerd Stiegler, Sertoriusring 7, 55126 Mainz, T 06131-473049
Ehrenmitglied	Heinz Veit, Layenhofstr. 10, 55126 Mainz, T 06131-473607
Ehrenmitglied	Ernst Schäfer, Keltenweg1, Pro Seniore, 55129 Mainz, T 6131-57216
Ehrenmitglied	Klaus Dieter Ulrich, An der schwarzen Hecke 5, 5527 Ober-Olm, T 06136-89323 E-Mail: Rita-Dieter-Ulrich@web.de
Fachwartin RSG	Alice Habermeier, Portugieserstr. 23, 55278 Mommenheim, T 06138-1618, E-Mail: alice.habermeier@t-online.de
Gerätturnwartin wbl.	Heike Messerschmidt, Carlo-Schmidt-Str. 4, 65197 Wiesbaden, E-Mail: heike.messerschmidt@congstar.de
Gerätturnwart männl.	Egon Jung, Brunnenstr. 4, 55130 Mainz, T/Fax 06131-831576, E-Mail: Jung.egon@web.de
Kampfrichterwartin wbl.	Barbara Dolch, An der Pflingstweide 8a, 55278 Hahnheim, T 06737-8538, E-Mail: Dolch@pz.bildung-rp.de
Kampfrichterwart männl.	Hartmut Scherner, Silvanerweg 11, 55296 Gau-Bischofsheim, T 06135-9331517, E-Mail: h.scherner@gmx.de
Männerturnwart	Dieter Greif, Färberweg 26 D, 55128 Mainz, T 06131-362095, E-Mail: Dieter.Greif@TSG-Bretzenheim.de
Seniorenwartin	Margot Andrezak, Tiefenbornweg 6, 55270 Essenheim, T 06136-88285
Leichtathletikwart	n.n.
Jugendarbeit	n.n.

# RHEINHESSISCHER TURNERBUND

## ibelungen-Turngau Worms

Vorsitzende	Margot Ihrig, Kriegsheimer Str. 29, 67590 Monsheim, T 06243-8601, Fax 06243-908428
stv. Vorsitzende	Eva Wirth-Kunkel, An der Altbach 12, 67551 Worms, T 06241-973077, E-Mail: evawirthkunkel@googlemail.com
Oberturnwart	Rainer Jordan, Fischmarkt 3, 67547 Worms, T 06241-413297 p, mob. 0176-48034009, T 06131-941714 d, Fax 06131-941717 d, E-Mail: TurngauWorms@aol.com
Kassenwartin	Michaela Kuttig, Alsterweg 3, 67550 Worms, T 06242-60129, E-Mail: uwe.kuttig@t-online.de
Pressewart	n.n.
Schriftwartin	Ursula Karlin, Rudolf-Heilgers-Str. 53 a, 67549 Worms, T 06241-76571, E-Mail: UrsulaKarlin@gmx.de
Frauenwartin	Marion Kammerschmitt, Traminerstr. 2, 67590 Monsheim, T 06243-7676 E-Mail: georg.kammerschmitt@web.de
Jugendwartin	Tanja Hauf, Oderstr. 9, 67550 Worms, T 06242-503965, E-Mail: tano.hauf@t-online.de
Kulturwart	n.n.
Ehrevorsitzender	Walter Konrad, Rheinstr. 22, 67574 Osthofen, T 06242-1496
Ehrevorsitzender	Wolf-Dieter Zeiss, Am Pfaffenweg 11, 67593 Westhofen, T 06244-4637
Ehrenoberturnwart	Karl Eschenfelder, An der Hend 20, 67593 Westhofen, T 06244-4971
Kinderturnwartin	Ursula Karlin, Rudolf-Heilgers-Str. 53 a, 67549 Worms, T 06241-76571, E-Mail: UrsulaKarlin@gmx.de
Jugendturnwartin	Tanja Hauf, Oderstr. 9, 67550 Worms, T 06242-503965, E-Mail: tano.hauf@t-online.de
Fachwart Erwachsene	n.n.
Fachwart Gerättturnen wbl.	Rainer Jordan, Fischmarkt 3, 67547 Worms, T 06241-413297 p, mob. 0176-48034009, T 06131-941714 d, Fax 06131-941717 d, E-Mail: RainerJordan@aol.com
Fachwartin Gerättturnen mnl.	Tanja Hauf, Oderstr. 9, 67550 Worms, T 06242-503965, E-Mail: tano.hauf@t-online.de
Kampfrichterwartin	Katrin Lovell-Dick, Im Krötental 93, 67550 Worms, T 06242-990871, E-Mail: l_katrin@hotmail.com
Gerättturnen weiblich	
Kampfrichterwart	
Gerättturnen männlich	Rudolf Weinbach, Wormser Str. 6, 67593 Westhofen, T 06244-330
Fachwart Leichtathletik	komm. Marc Emrich, Unterer Grund 11, 67549 Worms, T 06241-77302
Fachwart Wandern	Rudolf Bayer, Hebelstr. 6, 67574 Osthofen, T 06242-1795
Fachwart Musik · Spielmannswesen	Erwin Kuhn, Goethestr. 12, 67591 Offstein, T 06243-8007
Fachwartin RSG	Zofia Domagalski, Virchowstr. 46, 67550 Worms, T 06241-592703, E-Mail: karsten_92@web.de
Fachwartin Turnspiele	Hiltrud Schalus, Kleine Götzenstr. 13, 67583 Guntersblum, T 06249-2626 p, E-Mail: hiltrud.schalus@gmx.de
Fachwart Itere	Wolf-Dieter Zeiss, Am Pfaffenweg 11, 67593 Westhofen, T 06244-4637
Beauftragte	
GT-Abzeichen	Marion Karlin, Rudolf-Heilgers-Str. 53 a, 67549 Worms, T 06241-76571
Internet	www.nibelungen-turgau.de
E-Mail	TurngauWorms@aol.com



# Hier gibt es was auf's Dach!

Sonnenenergie nutzen,  
in die Vereinszukunft investieren!

Bei uns gibt es was für die Vereinskasse!

Sie verfügen über ein Vereinshaus, eine eigene Turnhalle? Dann sind Sie bei uns richtig!

Verpachten Sie Ihr Dach für den Bau einer Photovoltaik-Anlage. Wir unterbreiten Ihnen durch unseren Partner SolarOne Deutschland AG ein unverbindliches Angebot.

Das kann es an Pacht geben für eine südlich ausgerichtete, günstig geneigte (25-35 Grad) Satteldachfläche:

Pacht:	75 m <sup>2</sup> (10 x 7,50 m)	Einmalig	3.000,00 EUR
	oder 20 Jahre jährlich 230,00 EUR	Gesamt	4.600,00 EUR
	450 m <sup>2</sup> (30 x 15 m)	Einmalig	18.000,00 EUR
	oder 20 Jahre jährlich 1.200,00 EUR	Gesamt	24.000,00 EUR

Sprechen Sie uns an.

Rheinau 10, 56075 Koblenz  
Tel. 0261-135150, Fax 0261-135159  
E-Mail: [geschaeftsstelle@tvm.org](mailto:geschaeftsstelle@tvm.org)  
[www.tvm.org](http://www.tvm.org)

**TVM**   
TURNVERBAND MITTEL RHEIN

SolarOne 

# Turn- und Sportschulen

## Ob Seminare, Tagungen, Trainingslager oder Vereinsausflug...

### ...unsere Turn- und Sportschulen bieten zahlreiche Möglichkeiten

#### Koblenz



Die TVM-Wohlfühletage in der Sportschule Oberwerth verfügt über 14 funktionell eingerichtete Doppelzimmer mit DU/WC, einem 60 Quadratmeter großen Aufenthaltsraum mit Fernseher, Video, DVD und Beamer.

Geographisch liegt Koblenz vorteilhaft am Zusammenfluss von einer der wichtigsten Binnenwasserstraßen Europas, dem Rhein und seinem größten Nebenfluss, der Mosel.

Der Mittelrhein hat auch gerade hier im nördlichen Rheinland-Pfalz seinen schönsten Abschnitt. Überdies hat die UNESCO das Rheintal zwischen Bingen und Koblenz zum Weltkulturerbe ernannt und auf Grund der exponierten Lage bietet sich unser Haus als Standort für Tagesausflüge geradezu an!



Unser „Turn-Forum“, das Leistungszentrum des Turnverbandes Mittelrhein, wurde im Frühjahr 2006 mit neuen Bänfer-Geräten ausgestattet und bietet sich somit selbstverständlich auch für Trainingslager optimal an.

Unser „Turn-Forum“ ist lediglich drei Gehminuten von der Sportschule Oberwerth entfernt.

Weitere Informationen erhalten Sie beim

Turnverband Mittelrhein, Telefon: 0261/135-152, E-Mail: [tuju@tvm.org](mailto:tuju@tvm.org)

#### Niederwörresbach



In reizvoller Gegend gelegen, modern und auf turnspezifische Bedürfnisse optimal ausgerichtet, ist das Kunstturnleistungszentrum Niederwörresbach. Mit neuesten Geräten ausgestattet, bietet sich hier die Möglichkeit für Sportfreizeiten, Tagungen und Trainingslager.

Das entsprechende Wohnheim befindet sich direkt neben der Sporthalle und dem Leistungszentrum. Hier stehen moderne Ein- und Mehrbettzimmer (alle mit Dusche und WC ausgestattet) zur Verfügung. Insgesamt 24 Betten können belegt werden. Ein freundlicher Aufenthaltsraum mit kleiner Küche vervollständigt das Angebot.



Weitere Informationen: Kunstturnvereinigung Nahetal-Niederwörresbach, Mühlenweg 4, 55758 Niederwörresbach, Tel.: 06785/94208, E-Mail: [info@ktv-nahetal.de](mailto:info@ktv-nahetal.de)

#### Mainz



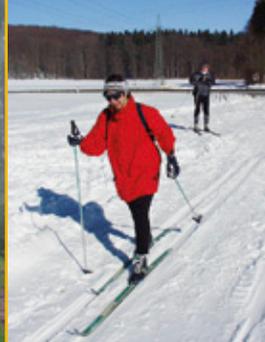
Unser Haus steht in einem ruhigen Vorort von Mainz. Es wurde 1995 komplett renoviert. Die Teeküche ist für die Zubereitung von Frühstück ausgelegt (Selbstversorger). Frühstücksraum, Kaffeemaschine, Kühlschrank und Geschirr sind vorhanden. Einkaufsmöglichkeiten, sowie mehrere Gaststätten sind vom Turnerheim aus zu Fuß erreichbar. Ebenso der nahe gelegene Gonsenheimer Wald, der eine Vielzahl an Freizeitmöglichkeiten bietet. Hallen- und Freibad Fußweg 15 Minuten. Der Jahnsaal im Dachgeschoss ist das Schmuckstück des Hauses und wird als Seminar- und Schulungsraum genutzt.

Im 1. Stock befinden sich sechs Schlafräume, mit jeweils einem Stockbett, einem Bett und einem Notbett, sowie ein Einbettzimmer (mit einem zusätzlichen Notbett). Alle Zimmer sind mit WC und Dusche ausgestattet. Bettwäsche wird zur Verfügung gestellt. Kostenlose Parkplätze (auch für Busse) sind ausreichend vorhanden.



Weitere Informationen: Rhein Hessischer Turnerbund, Tel.: 06131 / 94170

E-Mail: [info@rhtb.org](mailto:info@rhtb.org)



Altglashütten, Schwarzwald



Annweiler, Pfälzerwald



Braunshausen, Nähe Saarschleife



Trappenkamp, Nähe Nordsee



Bartholomä, Schwäbische Alb



Koblenz-Oberwerth, Mittelrheintal



# AKTIVA-Gästehäuser

Aktive Erholung in naturnaher Umgebung bieten Ihnen die **AKTIVA-Gästehäuser**, eine Marke mehrerer Landesturnverbände. Gemeinsam und doch individuell planen wir für Sie Ihren Aufenthalt in unseren Häusern. **AKTIVA-Gästehäuser** finden Sie in der Nähe der Nordsee, wie in der Nähe der Saarschleife, im Pfälzerwald, Mittelrheintal, im Schwarzwald und auf der Schwäbischen Alb.

Die **AKTIVA-Gästehäuser** stehen für ...

- ... aktive **Erholung** für Gruppen, Familien und Individualreisende
  - Wandern
  - Nordic Walking
  - Radfahren
  - und vieles mehr
- ... Möglichkeit für **Seminare** und **Tagungen**
  - moderne Tagungstechnik
  - Angebot von Rahmenprogrammen
  - naturnahe ruhige Lage
- ... Möglichkeit für **Trainingslager** in diversen Sportarten
  - Sport- und Gymnastikhallen (meistens direkt am Haus)
  - Sportgelände im Freien
- ... **gesundheitsbewusste** Ernährung
- ... Möglichkeit von **Familien-/Vereinsfeiern** und **Betriebsjubiläen**

Die **AKTIVA-Gästehäuser** bieten Ihnen ...

- ... bis zu 200 Betten pro Haus
- ... Seminare / Tagungen für bis zu 200 Personen
- ... Einzel-, Doppel-, Familien- und Mehrbettzimmer
- ... Internet-Zugang
- ... **Service mit Herz**

Weitere Informationen über die Häuser finden Sie unter

[www.aktiva-gaestehaeuser.de](http://www.aktiva-gaestehaeuser.de)

oder unter den unten angegebenen Kontaktadressen der einzelnen Häuser.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

- **Altglashütten**, Badischer Turner-Bund, Tel. 07655/9001-0, Mail: info@altglashuetten.de
- **Annweiler**, Pfälzer Turnerbund, Tel. 06346/30069-0, Mail: geschaeftsstelle@pfaelzer-turnerbund.de
- **Braunshausen**, Saarländischer Turnerbund, Tel. 06873/6686-0, Mail: info@gaestehaus-braunshausen.de
- **Trappenkamp**, Schleswig-Holsteinischer Turnverband, Tel. 04323/9174-0, Mail: info@landesturnschule.de
- **Bartholomä**, Schwäbischer Turnerbund, Tel. 07173/9707-0, Mail: info@sbz-bartholomae.de
- **Koblenz-Oberwerth**, Turnverband Mittelrhein, Tel. 0261/135152, Mail: info@turnschule-oberwerth.de



## Die Sportschule Oberwerth

liegt landschaftlich reizvoll in unmittelbarer Nähe des Rheins.

Die Sportschule verfügt über insgesamt 42 Zimmer mit DU/WC - darunter vier behindertengerechte Zimmer - mit einer Gesamtkapazität von 92 Betten.

Das Haus wurde in den Jahren 2006 bis 2008 komplett renoviert und entspricht den Qualitätsanforderungen der Aktiva-Gästehäuser.

Die „**Wohlfühlstage**“ des Turnverbandes Mittelrhein (TVM) wurde im mediterranen Stil neu gestaltet. Die Gästezimmer sind allergikerfreundlich und verfügen über Wohlfühlbäder.

Die überwiegende Zahl dieser Zimmer sind als Doppelzimmer ausgerichtet. Insgesamt drei Zimmer sind miteinander verbunden und können zu freundlichen Familienapartments umgewandelt werden. Unsere Zimmer sind alle mit TV-Geräten ausgestattet.

Für **Tagungs- und Lehrgangszwecke** stehen verschiedene Schulungsräume mit neuester Medientechnik zur Verfügung. Eine gemütliche Sportsbar mit Außenterrasse steht unseren Gästen zur Verfügung.

In unmittelbarer Nähe der Sportschule Oberwerth (ca. 400 m Fußweg) befindet sich das im Jahre 2006/07 mit neuen Geräten ausgestattete **Turnforum** des Turnverbandes Mittelrhein. Eine Bodenturnhalle mit Spiegelwand sowie eine Gerätturnhalle mit Schnitzelgrube ist vorhanden.

Geographisch liegt Koblenz vorteilhaft am Zusammenfluss von einer der wichtigsten Binnengewässer Europas, dem Rhein, und seinem größten Nebenfluss, der Mosel. Der Mittelrhein hat auch gerade hier im nördlichen Rheinland-Pfalz seinen schönsten Abschnitt.

Überdies hat die UNESCO das Rheintal zwischen Bingen und Koblenz zum **Weltkulturerbe** ernannt. Aufgrund der exponierten Lage bietet sich die Sportschule Oberwerth als Standort für Kurzurlaube, Gesundheitswochen, Vereinsfahrten, Schifffahrten, Wanderungen und Walkingtouren auf dem Rheinsteig, am Limes oder Besichtigungen von Burgen und Schlössern geradezu an!

Ein weitverzweigtes Fahrradwegenetz lädt ein zu ausgedehnten Fahrradtouren im Rhein-, Lahn- und Moseltal.

Bereits jetzt haben wir eine positive Aufbruchstimmung für die Bundesgartenschau 2011 in Koblenz, in deren Rahmen wir unsere BUGA-Gymnaestrada durchführen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

**Sportschule Koblenz-Oberwerth**  
**Turnverband Mittelrhein, Telefon 0261/135-152, Telefax 0261/135-159**  
**E-Mail: [info@turnschule-oberwerth.de](mailto:info@turnschule-oberwerth.de)**  
**Internet: [www.turnschule-oberwerth.de](http://www.turnschule-oberwerth.de)**



# „Turnen in Rheinland-Pfalz“

## Jetzt bestellen!

### Das offizielle Verbandsorgan des Turnverbandes Mittelrhein und des Rhein Hessischen Turnerbundes!

Wir bitten alle Vereine und Übungsleiter das neue Turnjournal „Turnen in Rheinland-Pfalz“ zu beziehen. „Turnen in Rheinland-Pfalz“ gehört in jeden Verein, zu jedem Übungsleiter, Lehrer und Erzieher.

Im Abo enthalten sind auch die Skibroschüre „Spezial“ und das Lehrgangsheft „Aktiv“.

Nutzen Sie das reichhaltige Informationsangebot und senden Sie uns Berichte, Fotos und Vereinsnachrichten für das neue Turnjournal „Turnen in Rheinland-Pfalz“ und vorher natürlich Ihre Bestellung.

#### Wir informieren:

→ Neues aus dem DTB und anderen Verbänden, Infos aus den Fachbereichen, Interessantes aus den Landesturnverbänden, Turngauinfos, Wettkampfbereiche, Lehrgangs- und Wettkampfausschreibungen, Vereinsnachrichten, Übungsleiterinfos, Kulturecke, Turnerjugend und Grundsatzthemen, wie Sport und Umwelt.

#### Bestellung:

Ich / Wir abonniere(n) ab \_\_\_\_\_ zum Jahresbezugspreis von 20,50 EUR, einschließlich Versandkosten, das Turnjournal „Turnen in Rheinland-Pfalz“, das amtliche Organ des Turnverbandes Mittelrhein und des Rhein Hessischen Turnerbundes.

Mir ist bekannt, dass ich diesen Auftrag innerhalb von 10 Tagen widerrufen kann.

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon

Telefax

E-Mail

Ort, Datum

Unterschrift

#### Bankeinzug:

Ich bin damit einverstanden, dass die jährlichen Bezugsgebühren für mein Abo von meinem Konto bis auf Widerruf eingezogen werden.

Konto Nr.

BLZ

Bank

Kontoinhaber

Ort, Datum

Unterschrift

Telefa®: 0261/135-159

**Turnverband Mittelrhein e.V.**  
**Referat Aus- und Fortbildung**  
**Rheinau 10**

**560 5 Koblenz**

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgender Lehrgangsmaßnahme an:

Lehrgangsnummer	Lehrgangstitel *
Lehrgangsdatum *	Lehrgangsort
NACHNAME *	Vorname *
Geburtsdatum *	Meine GYM CARD-Nummer
Straße *	
PLZ, Ort *	
Telefon privat *	Handy
E-Mail-Adresse	
Verein *	

Meldeformulare

### Bei Anmeldung zu Ausbildungen:

„bernachtung in der Sportschule gewünscht:  JA  EI (bitte ankreuzen)

\* Pflichtfeld

Mit meiner Anmeldung akzeptiere ich die aktuell gültigen allgemeinen Geschäftsbedingungen des TVM.

Ich bin damit einverstanden, zukünftig aktuelle Infos per E-Mail zu erhalten! (Widerruf jederzeit möglich)

Ort, Datum

Unterschrift

**Rhein Hessischer Turnerbund e.V.**  
**Referat Aus- und Fortbildung**  
**Jahnstr. 4**

**55124 Mainz**

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgender Lehrgangsmaßnahme an:

Lehrgangsnummer	Lehrgangstitel *
Lehrgangsdatum *	Lehrgangsort
NACHNAME *	Vorname *
Geburtsdatum *	Meine GYM CARD-Nummer
Straße *	
PLZ, Ort *	
Telefon privat *	Handy
E-Mail-Adresse	
Verein *	

Übernachtung im Turnerheim gewünscht:  JA  NEIN (bitte ankreuzen)

## Einzugsermächtigung

Hiermit erteile ich die Genehmigung zum einmaligen Einzug der anfallenden Lehrgangsgebühren für die o.g. Maßnahme.

Konto-Nummer \*

Kontoinhaber \*

BLZ \*

Geldinstitut \*

\* Pflichtfeld

**Mit meiner Anmeldung akzeptiere ich die aktuell gültigen allgemeinen Geschäftsbedingungen des RhTB.**  
**Ich bin damit einverstanden, zukünftig aktuelle Infos per E-Mail zu erhalten!** (Widerruf jederzeit möglich)

Ort, Datum

Unterschrift

Datenschutzhinweis: Ihre personenbezogenen Daten werden ausschließlich zur Ausübung satzungsgemäßer Aufgaben des Deutschen Turner-Bundes e.V. und seiner Untergliederungen dauerhaft gespeichert. Eine Weitergabe an Dritte ist ausgeschlossen.

# Meldebogen

für TVM-/RhTB-Meisterschaft:

am:

in:

Turnverband Mittelrhein  
Rheinau 10, 56075 Koblenz  
Telefon: 0261/135153, Fax 0261/135159

Rhein Hessischer Turnerbund  
Jahnstr. 4, 55124 Mainz  
Telefon 06131-94170, Fax 06131/941717

Verein

Turngau

meldet für o.g. Meisterschaft  Einzelstarter  Mannschaft/en (1 Bogen pro Mannschaft)

ame	Vorname	Jg.	WK- r.	Quali-Platz

Alle Turner/innen sind für den meldenden Verein startberechtigt:  ja  nein

Jeder teilnehmende Verein muss pro WK-Durchgang bzw. pro teilnehmende Mannschaft einen Kampfrichter melden!

Kampfrichter/in	Lizenz	Wunschgerät

Gau-Fachwart/in		Vereins-Ansprechpartner/in	
Name		Name	
Straße		Straße	
PLZ, Ort		PLZ, Ort	
Telefon		Telefon	
Telefax		Telefax	
Handy		Handy	
E-Mail		E-Mail	

Unterschrift

Bitte jeweilige Siegerliste des Qualifikationswettkampfes unbedingt beifügen!



Der Turnverband Mittelrhein präsentiert die

# Fitness- und Aerobic-Convention

am Samstag, 21. Mai 2011 in Montabaur

... mit namhaften Referenten

Hotline:

0261/135-153 oder -158

e-mail: [ausbildung@tvm.org](mailto:ausbildung@tvm.org) oder  
[referent-ausbildung@tvm.org](mailto:referent-ausbildung@tvm.org)

Meldeschluss:  
21. April 2011



**Jetzt schon anmelden!**

# Mein Turnkalender

Januar		Februar							März							April							Mai							Juni						
1	Sa	Neujahr	1	Di		1	Di				1	Fr				1	So	Maiereiertag				1	Mi													
2	So		2	Mi		2	Mi				2	Sa	Infoveranstaltung - Jubiläum der Vereine, Koblenz			2	Mo					2	Do	Christi Himmelfahrt												
3	Mo		3	Do		3	Do				3	So				3	Di					3	Fr													
4	Di		4	Fr		4	Fr				4	Mo				4	Mi					4	Sa	TVM-Sommerfest und Meisterehrung (Sa. 04. Juni), Autohaus Lohr												
5	Mi		5	Sa		5	Sa				5	Di				5	Do					5	So	Deutschland-Cup Gerätturnen männlich und weiblich, Bad Embs												
6	Do	Hi. Drei Könige	6	So		6	So				6	Mi				6	Fr					6	Mo													
7	Fr		7	Mo		7	Mo	Rosenmontag			7	Do				7	Sa					7	Di													
8	Sa		8	Di		8	Di	Fastnacht			8	Fr				8	So	Muttertag				8	Mi													
9	So		9	Mi		9	Mi	Aschermittwoch			9	Sa				9	Mo					9	Do													
10	Mo		10	Do		10	Do				10	So				10	Di					10	Fr													
11	Di		11	Fr		11	Fr				11	Mo				11	Mi					11	Sa													
12	Mi		12	Sa		12	Sa				12	Di				12	Do					12	So	Pfingstsonntag												
13	Do		13	So		13	So				13	Mi				13	Fr					13	Mo	Pfingstmontag												
14	Fr		14	Mo	Valentinstag	14	Mo				14	Do				14	Sa					14	Di													
15	Sa		15	Di		15	Di				15	Fr				15	So					15	Mi													
16	So		16	Mi		16	Mi				16	Sa				16	Mo					16	Do													
17	Mo		17	Do		17	Do				17	So				17	Di					17	Fr													
18	Di		18	Fr		18	Fr				18	Mo				18	Mi					18	Sa	Meisterehrung RHTB, Autohaus Lohr Automobile Mainz												
19	Mi		19	Sa		19	Sa	Happy Gymnastics, Koblenz - Kindertag, Koblenz Tulip Stars des TVM und RHTB, Koblenz			19	Di				19	Do					19	So	Meisterehrung RHTB, Autohaus Lohr Automobile Mainz												
20	Do		20	So		20	So				20	Mi				20	Fr					20	Mo													
21	Fr		21	Mo		21	Mo	Frühlingsanfang			21	Do				21	Sa	Fitness- und Aerobic-Convention, Montabaur				21	Di	Sommeranfang												
22	Sa		22	Di		22	Di				22	Fr	Karfreitag			22	So					22	Mi													
23	So		23	Mi		23	Mi				23	Sa				23	Mo					23	Do	Fronleichnam												
24	Mo		24	Do		24	Do				24	So	Ostersonntag			24	Di					24	Fr													
25	Di		25	Fr		25	Fr	Fachtagung „Bewegung im Kindergarten“, Niederwörresbach			25	Mo	Ostermontag			25	Mi					25	Sa	BUGA-Gym Internationale Gymnastrada Rheinland-Pfalz, Koblenz												
26	Mi		26	Sa		26	Sa				26	Di				26	Do					26	So													
27	Do		27	So		27	So	Beginn der Sommerzeit			27	Mi				27	Fr					27	Mo													
28	Fr		28	Mo		28	Mo				28	Do				28	Sa	Dance-Cup, Mainz				28	Di													
29	Sa		29	Sa	Schulferien 2011 Rheinland-Pfalz Ostern 18.04.-29.04. Sommer 27.06.-05.08. Herbst 04.10.-14.10. Weihnachten 22.12.-06.01.	29	Di				29	Fr				29	So					29	Mi													
30	So		30	So		30	Mi				30	Mi				30	Mo					30	Do													
31	Mo		31	Do		31	Do				31	Do				31	Di					31	Di													

# Mein Turnkalender

Juli		August		September		Oktober		November		Dezember	
1 Fr	1 Mo	1 Do	1 Sa	1 Di	1 Do	1 Di	1 Do	1 Di	1 Do	1 Fr	1 Do
2 Sa	2 Di	2 Fr	2 So	2 Mi	2 Mi	2 Mi	2 Fr	2 Mi	2 Fr	2 Fr	2 Fr
3 So	3 Mi	3 Sa	3 Mo	3 Do	3 Mo	3 Do	3 Sa	3 Do	3 Sa	3 Sa	3 Sa
4 Mo	4 Do	4 So	4 Di	4 Fr	4 Di	4 Fr	4 So	4 Fr	4 So	4 So	4 So
5 Di	5 Fr	5 Mo	5 Mi	5 Sa	5 Mi	5 Sa	5 Sa	5 Sa	5 Mo	5 Mo	5 Mo
6 Mi	6 Sa	6 Di	6 Do	6 So	6 Do	6 So	6 Di	6 Di	6 Di	6 Di	6 Di
7 Do	7 So	7 Mi	7 Fr	7 Mo	7 Fr	7 Mo	7 Mo	7 Mo	7 Mi	7 Mi	7 Mi
8 Fr	8 Mo	8 Do	8 Sa	8 Di	8 Sa	8 Di	8 Di	8 Di	8 Do	8 Do	8 Do
9 Sa	9 Di	9 Fr	9 So	9 Mi	9 So	9 Mi	9 Fr	9 Mi	9 Fr	9 Fr	9 Fr
10 So	10 Mi	10 Sa	10 Mo	10 Do	10 Mo	10 Do	10 Sa	10 Do	10 Sa	10 Sa	10 Sa
11 Mo	11 Do	11 So	11 Di	11 Fr	11 Di	11 Fr	11 So	11 Fr	11 So	11 So	11 So
12 Di	12 Fr	12 Mo	12 Mi	12 Do	12 Mi	12 Sa	12 Mo	12 Sa	12 Mo	12 Mo	12 Mo
13 Mi	13 Sa	13 Di	13 Do	13 So	13 Do	13 So	13 Do	13 So	13 Do	13 Do	13 Di
14 Do	14 So	14 Mi	14 Fr	14 Mo	14 Fr	14 Mo	14 Mo	14 Mo	14 Mi	14 Mi	14 Mi
15 Fr	15 Mo	15 Do	15 Sa	15 Di	15 Sa	15 Di	15 Sa	15 Di	15 Do	15 Do	15 Do
16 Sa	16 Di	16 Fr	16 So	16 Mi	16 So	16 Mi	16 Sa	16 Mi	16 So	16 Fr	16 Fr
17 So	17 Mi	17 Sa	17 Mo	17 Do	17 Mo	17 Do	17 Mo	17 Do	17 Mi	17 Sa	17 Sa
18 Mo	18 Do	18 So	18 Di	18 Fr	18 Di	18 Fr	18 So	18 Fr	18 So	18 So	18 So
19 Di	19 Fr	19 Mo	19 Mi	19 Do	19 Mi	19 Do	19 Mi	19 Do	19 Sa	19 Mo	19 Mo
20 Mi	20 Sa	20 Di	20 Do	20 So	20 Do	20 So	20 Do	20 So	20 Di	20 Di	20 Di
21 Do	21 So	21 Mi	21 Fr	21 Mo	21 Fr	21 Mo	21 Do	21 Mo	21 Mi	21 Mi	21 Mi
22 Fr	22 Mo	22 Do	22 Sa	22 Di	22 Sa	22 Di	22 Fr	22 Do	22 Di	22 Do	22 Do
23 Sa	23 Di	23 Fr	23 So	23 Mo	23 So	23 Mo	23 Sa	23 Mo	23 Di	23 Fr	23 Fr
24 So	24 Mi	24 Sa	24 Mo	24 Do	24 Mo	24 Do	24 So	24 Do	24 Sa	24 Sa	24 Sa
25 Mo	25 Do	25 So	25 Di	25 Fr	25 Di	25 Fr	25 So	25 Fr	25 So	25 So	25 So
26 Di	26 Fr	26 Mo	26 Mi	26 Do	26 Mi	26 Do	26 So	26 Do	26 Sa	26 Sa	26 Mo
27 Mi	27 Sa	27 Di	27 Do	27 So	27 Do	27 So	27 So	27 So	27 Di	27 Di	27 Di
28 Do	28 So	28 Mi	28 Fr	28 Mo	28 Fr	28 Mo	28 So	28 Mo	28 Mi	28 Mi	28 Mi
29 Fr	29 Mo	29 Do	29 Sa	29 Di	29 Sa	29 Di	29 So	29 Do	29 Di	29 Do	29 Do
30 Sa	30 Di	30 Fr	30 So	30 Mi	30 So	30 Mi	30 So	30 Mi	30 Mi	30 Fr	30 Fr
31 So	31 Mi		31 Mo		31 Mo		31 Mo		31 Sa	31 Sa	31 Sa

## Willkommen in Koblenz

Die Stadt Koblenz blickt auf eine stolze Geschichte zurück, die noch heute vielerorts spürbar ist. Und sie blickt in eine ebenso große Zukunft.

Im Herzen des Landes Rheinland-Pfalz gelegen, verbindet Koblenz malerische Gassen und verträumte Plätze mit kulturellem Feingeist und ursprünglicher Natur.

Sehenswürdigkeiten aus 2.000 Jahren Stadtgeschichte, aber auch die typische „Kowelenzer Lebensart“ machen die Stadt zu einem faszinierenden Reiseziel, das mit der Bundesgartenschau Koblenz 2011 noch attraktiver wird.



**BUGA-Gym 2011  
Koblenz**

Faszination Gymnastik & Tanz



## Internationale **GYMNAESTRADA** Rheinland-Pfalz vom 23.-26. Juni 2011 in Koblenz

im Rahmen der Bundesgartenschau Koblenz

*Wir sind dabei!*

**GYMWELT** 



## Ausschreibung

Veranstalter: Turnverbände Rheinland-Pfalz, Mittelrhein, Rheinhessen und Pfalz  
Ausrichter: Turnverband Mittelrhein  
Geschäftsstelle: BUGA-Gym 2011, Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz  
Telefon 0261/135-153 oder -158, Fax 0261/135-159  
E-Mail: [gymnaestrada@tvm.org](mailto:gymnaestrada@tvm.org), [buga-gym2011@tvm.org](mailto:buga-gym2011@tvm.org)  
[www.tvm.org](http://www.tvm.org)

**Jetzt schon anmelden!**

# Persönliche Notizen

A series of horizontal blue lines for writing notes.

Persönliche Notizen

» SPIRIT «

DIE TVM-SPORTMARKETING GMBH PRÄSENTIERT:

# GYMMOTION

DIE FASZINATION DES TURNENS

02.12.11 Koblenz  
03.12.11 Düsseldorf  
05.12.11 Aachen  
06.12.11 Bensheim  
07.12.11 Tuttlingen  
08.12.11 Saarbrücken  
09.12.11 Luxemburg  
10.12.11 Ludwigshafen  
11.12.11 Chemnitz



# TOUR 2011

[www.gymmotion.org](http://www.gymmotion.org)  
Hotline: 0261/135 150

**TVM**   
SPORTMARKETING GMBH

Die einmalige Show aus  
Turnen, Artistik  
und Varieté

**Bänfer**  
all equipment for sports

**DAUNER**  
Gymnastik

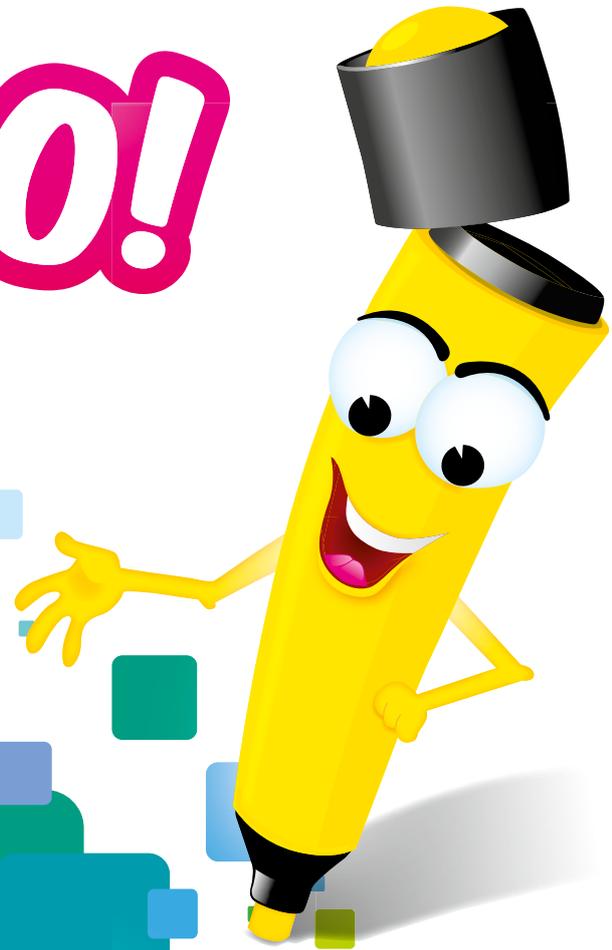
**TVM**   
SPORTMARKETING GMBH

**anvil**  
Gymnastik & Turnen

**GYMCARD** 

**Speedy**  
tex

**BINGO!**



**1fach**  
**2fach**  
**3fach**

Spielscheine in allen  
LOTTO-Annahmestellen  
in Rheinland-Pfalz

 **LOTTO**  
Rheinland-Pfalz

**Spielteilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen.**

Nähere Informationen unter [www.lotto.de](http://www.lotto.de). Hotline der BZgA: 0800 1 372 700 (kostenlos und anonym).