



im LandesSportBund Niedersachsen e. V.

---

---

# **Lehrgangsbroschüre 2020**

**KSB Diepholz / KSB Nienburg**

---

## **Aus- und Fortbildungsmaßnahmen im Bereich der Sportregion Diepholz / Nienburg**

In dieser Broschüre sind die Aus- und Fortbildungstermine der Sportregion Diepholz/Nienburg für Übungsleiter/-innen im Breitensport zusammengefasst.

### **Inhalt:**

Seite 02            Plakat „Tag des Sports“ 2020  
Seiten 03           Info Sportabzeichen  
Seiten 04 bis 22   Sportregion: Aus- u. Fortbildung, Qualifix, Sportjugend

### **Termine des Turnkreises Diepholz siehe 2. Teil des Heftes.**

Hinweise und Verbesserungsvorschläge sind willkommen.  
Redaktionsschluss dieser Ausgabe war der 19. Dezember 2019.

---

#### **Geschäftsstelle KSB Diepholz**

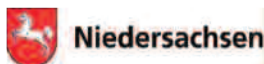
Herrlichkeit 200  
27257 Affinghausen  
Tel.: 04247 – 971303  
Fax: 04247 – 971551  
Email: [info@ksb-diepholz.de](mailto:info@ksb-diepholz.de)  
Internet: [www.ksb-diepholz.de](http://www.ksb-diepholz.de)

#### **Geschäftsstelle Nienburg**

Goetheplatz 6  
31582 Nienburg  
Tel.: 05021 - 9036078  
Fax. : 05021 - 9036079  
Email : [info@ksb-nienburg.de](mailto:info@ksb-nienburg.de)  
Internet : [www.ksb-nienburg.de](http://www.ksb-nienburg.de)

---

**Gefördert aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen**



## Deutsches Sportabzeichen

### **Einladung zur Prüfer-Schulung für Sportabzeichen-Abnehmer und Ehrung langjähriger Prüfer**

Für **neue**/und alte Sportabzeichenprüfer wird ein Kurzlehrgang durchgeführt. Eine Prüfung findet nicht statt. Nach der Teilnahme wird eine Prüfbefähigung erteilt. Danach können die Vereine den Prüfer-Ausweis beantragen.

- Termin 1:** 07. März 2020, 09.00 Uhr,  
im Cafe Klönschnack, Lange Str. 8, 27245 Kirchdorf
- Termin 2:** 04. April 2020, 09.00 Uhr,  
im Sportlerheim der SG Diepholz am Mühlenkampstadion  
Moorstr. 39, 49356 Diepholz
- Termin 3:** 02. Mai 2020, 09.00 Uhr  
im SGL Fitness- + Gesundheitszentrum des TuS Sudweyhe  
Raiffeisenstr. 8, 28844 Weyhe

**Referent:** jeweils Tjarden Lohmeier

<b>Anmeldungen an:</b>	Christian Timmermann Am Köhlerbruch 7, 28844 Weyhe Tel.: 0421 - 804322 Email: christian.timmermann@t-online.de
------------------------	---

**Oder Ihr meldet Euch bei:**

<b>Diepholz</b>	Angelika Häsemeyer, Zuckmayerstr. 31, 49406 Barnstorf Tel.: 05442 – 1362, Email: AuR.Haesemeyer@t-online.de
<b>Sulingen</b>	Andreas Breuer, Glockenberg 5, 27245 Kirchdorf Tel.: 04273 – 8266, Email: Andreas.Breuer@ewetel.net
<b>Nienburg</b>	Ursel Sandmann, Neißeweg 9, 31608 Marklohe Tel.: 05021 914929, r.sandmann@ksb-nienburg.de

**Die Prüfer, deren Ausweise am 31.12.2019 ablaufen, werden persönlich eingeladen. Die neuen Ausweise stehen dann zur Verfügung.**

Den „neuen“ Prüfern steht der aktuelle Prüfungswegweiser vom DOSB - gültig ab 2020 - zur Verfügung und sie erhalten auch die neuen Leistungsanforderungen für Frauen & Männer, für die weibliche & männliche Jugend und die Einzelprüfkarten.

**Bitte die abgelaufenen Ausweise unbedingt mitbringen.**

Was bis dahin an Unterlagen vom LSB kommt, wird ausgehändigt.

<b>Alle Prüfer, die noch einen gültigen Ausweis besitzen, werden mit den „Neuerungen“ versorgt. Der alte Ausweis gilt auch weiterhin.</b>
---



# TAG DES SPORTS

## IN BRUCHHAUSEN-VILSEN

**EINTRITT FREI!**

**MACH MIT!**

# 12

**SONNTAG  
JULI  
2020  
10:00 - 18:00**

# **Ausbildung zum/zur Übungsleiter/in ÜL-C „Breitensport“ (1. Lizenzstufe)**

Die Ausbildung zum/zur Übungsleiter/in C (ÜL-C) nimmt die Rahmenrichtlinien des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) zur Grundlage. Der LandesSportBund Niedersachsen e.V. (LSB) und der Niedersächsische Turner-Bund e.V. (NTB) sind in Niedersachsen die Ausbildungsträger. Die erste Lizenzstufe ÜL-C "Breitensport" umfasst 120 Lerneinheiten (LE), die in drei Blöcke unterteilt ist: dem Grund-, Aufbau- und Spezialblocklehrgang (je 40 LE). Statt eines Spezialblocklehrganges können auch mehrere Spezialblockbausteine besucht werden, auch hier müssen 40 LE absolviert werden.

Die genaueren Themen können Sie der folgenden Grafik entnehmen. Die Teilnahme an den drei Lehrgängen je 40 LE ist verbindlich, Fehlstunden müssen nachgeholt werden. Außerdem muss die Ausbildung innerhalb von zwei Jahren abgeschlossen sein.

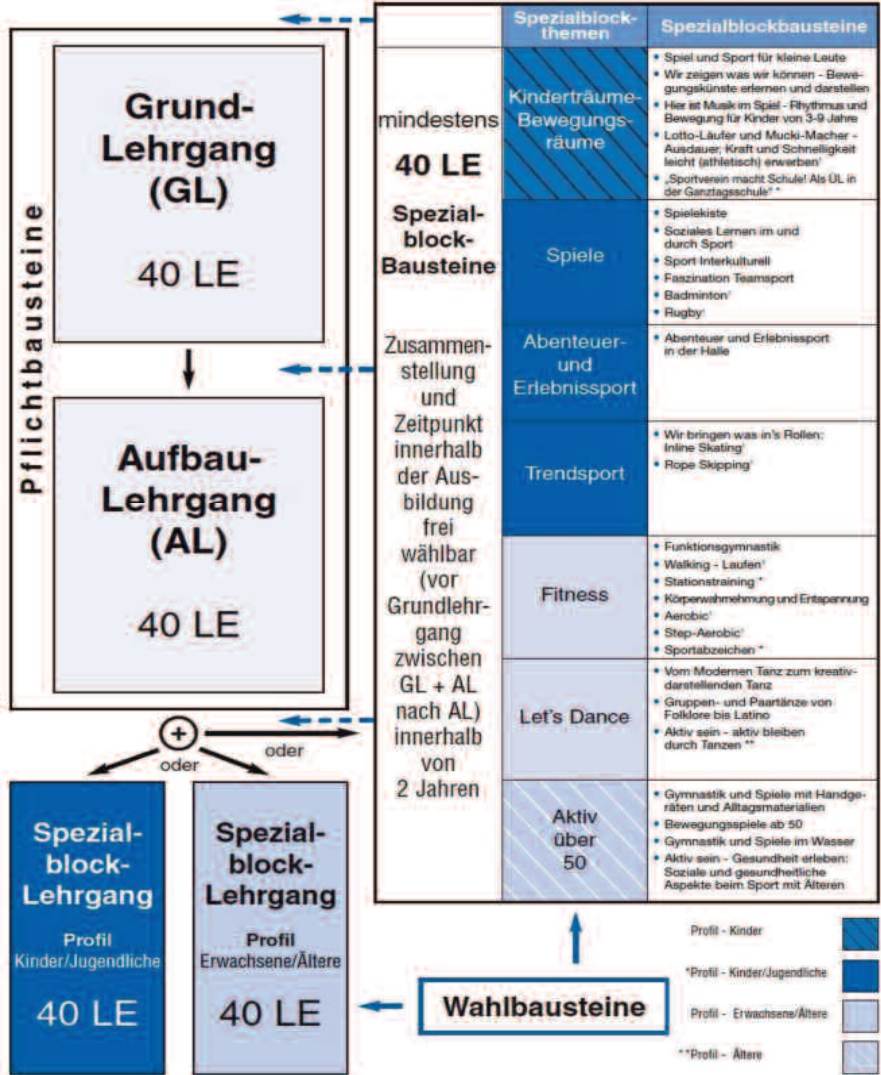
Nachdem die ÜL-C Lizenz erworben wurde, sind Auffrischungen in Form von Fortbildungen erforderlich, die vom jeweiligen Ausbildungsbereich zu verschiedenen Themen ausgeschrieben werden. Teilnahmevoraussetzung für die ÜL-C Lizenz ist die Mitgliedschaft in einem Turn- oder Sportverein des LSB, ein aktueller Erste-Hilfe-Schein (nicht älter als zwei Jahre) sowie die Vollendung des 16. Lebensjahres. Praktische Erfahrungen in der Vereinsarbeit sind wünschenswert.

Während der Ausbildung müssen lehrgangsbegleitend Protokolle, schriftl. Hausarbeiten, schriftl. Ausarbeitung und Durchführung eines Lehrversuchs und die Planung und Organisation einer Veranstaltung erfüllt werden. Wer Interesse an aktiver verantwortungsvoller Mitgestaltung des eigenen Vereinslebens hat, dem bietet diese Ausbildung die Möglichkeit einer Weiterbildung bezüglich der Organisation und Durchführung von Übungsstunden sowie einer Weiterentwicklung der individuellen Fertigkeiten und Fähigkeiten.

# Wie ist die Ausbildung aufgebaut?

Die ÜL-C Ausbildung besteht aus den folgenden drei Blöcken:

## ÜL C Breitensport 120 LE



## **Was lernen die ÜL in der Ausbildung?**

Diese drei Blöcke der ÜL-C Ausbildung „Breitensport“ sind inhaltlich wie folgt konzipiert:

### **Grundlehrgang (40 LE)**

Hier wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern das Basiswissen vermittelt, über das jede/r Übungsleiter/in - gleich welcher Sportart – verfügen sollte.

Hierzu gehören allgemeine Themen wie

- das Organisieren von Übungsstunden,
- das Leiten von Gruppen und
- das Kennen lernen von Vereinsstrukturen.

Die genannten Themen werden in direktem Zusammenhang mit folgenden sportpraktischen Inhalten vermittelt: Fitnesstraining, Spiele, Rhythmus und Bewegung und Bewegen an und mit Geräten.

### **Aufbaulehrgang (40 LE)**

An praktischen Beispielen lernen die Teilnehmer/innen,

- wie ein sportliches Training z.B. im Bereich Fitness systematisch und zielgerichtet aufgebaut wird,
- wie die Vermittlung von sportlichen Techniken oder bestimmten Sportarten motivierend und effektiv gestaltet werden kann
- wie Übungsstunden im Verein geplant und organisiert werden können.

### **Spezialblocklehrgang (40 LE)**

Im Umfang von insgesamt 40 LE können die Teilnehmer/Innen einen kompletten Spezialblocklehrgang, der sich aus einzelnen Spezialblockbausteinen zusammensetzt, belegen oder aus mehreren Spezialblockthemen bestimmte Bausteine auswählen, die ihren persönlichen Bedürfnissen entsprechen und auf diesem Weg unabhängig vom Spezialblocklehrgang 40 LE absolvieren.

Die Bausteine der Spezialblöcke können sowohl als Fortbildung zur Lizenzverlängerung als auch zur Ausbildung anerkannt werden.

**Grundlehrgang: Lg – Nr. 2/17/11438**

Teil 1: 05.09.2020 – 06.09.2020

Teil 2: 19.09.2020 – 20.09.2020

Kosten: € 120,- (\*)

**40LE, Veranstaltungsort: Drakenburg**

**Aufbaulehrgang: Lg – Nr. 2/17/11441**

Teil 1: 17.10.2020 – 18.10.2020

Teil 2: 07.11.2020 – 08.11.2020

Kosten: € 120,- (\*)

**40LE, Veranstaltungsort: Drakenburg**

(\*) Die Kosten gelten für Teilnehmer/-innen aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen (DOSB). Nichtmitglieder zahlen einen höheren Beitrag.

Im Preis inbegriffen: Lehrgangsmaterialien, Verpflegung.

Um die C-Lizenz zu erlangen, muss an allen Wochenenden teilgenommen werden. Falls schon in einer anderen Sportregion ein Lehrgang oder einzelne Bausteine besucht wurden, bitten wir um Rücksprache zwecks Anerkennung.



### **Lg.Nr. 2/17/11626 Anatomie des Laufens - die kleine Laufschule**

Laufen will gelernt sein und es gibt unterschiedliche Laufstile. Was zeichnet eine gute Lauftechnik aus? Wie arbeitet die Muskulatur bei der Laufbewegung? Welche Bänder, Sehnen und Knochen werden beansprucht, wenn der menschliche Körper läuft?

Termin: Sa, 01.02.2020, 9.30 – 16.30 Uhr

Ort: Br.-Vilsen

Kosten: 30,- €

Anerkennung: 8 LE für ÜL-C Breitensport

### **Lg: Kettlebell Teil 1**

Einstieg und Umgang mit dem Trainingsgerät Kettlebell. Hierzu gehören neben richtiger Handhabung natürlich auch aufeinander aufbauende Übungsformen sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene

Termin: Sa., 15.02.2020, 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Sulingen

Kosten: 10,- €

Anerkennung: 8 LE für ÜL- C Breitensport und ÜL-B Sport in der Prävention

### **Lg-Nr. 2/17/11628 Training bei Beschwerden mit dem Knie**

Das Seminar bietet einen Überblick über die häufigsten Beschwerdebilder des Kniegelenks. Besprochen werden Symptomatik, Entstehung (Pathophysiologie) sowie Trainingsempfehlungen nach dem aktuellen wissenschaftlichen Stand.

Die Inhalte teilen sich zu etwa 70 Prozent in Theorie und 30 Prozent Praxis auf. Ziel ist es, Trainern evidenzbasiertes Wissen und Werkzeuge an die Hand zu geben, die schnell in der Praxis umsetzbar sind.

Termin: Fr., 06.03.2020, 10.00 – 16.00 Uhr

Ort: Nienburg

Kosten: 30,- €

Anerkennung: 8 LE für ÜL-C Breitensport

## **Lg-Nr. 2/17/11629 Mentales Training im Sport – Die Psyche als Erfolgsfaktor**

Wettkämpfe und Spiele werden im Kopf gewonnen ... oder verloren. Deshalb wird es offensichtlich Zeit, dass sich nicht nur Spitzensportler mit Mentalcoaching befassen. Die Inhalte dieses Seminar spricht Trainer, Sportler und interessierte Eltern gleichermaßen an. Neben theoretischen Grundlagen steht viel Zeit zur Verfügung, um die Seminarthemen aktiv auszuprobieren:

Termin: Sa., 14.03.2020, 09.00 – 16.30 Uhr

Ort: Marklohe

Kosten: 30,- €

Anerkennung: 8 LE für ÜL-C Breitensport

## **Lg-Nr. 2/17/11640 Sprache lernen in Bewegung**

Auf Initiative des Nds. Kultusministeriums entstand eine Sammlung von Spielen, die Sprachanlässe schaffen, zur Kommunikation anregen und mit wenig Aufwand von Übungsleitenden in Übungsstunden, von Lehrkräften im Schulsport oder im Sprachunterricht, von pädagogischen Mitarbeitenden in "bewegten Pausen" und während der Betreuungszeiten in Grundschulen umgesetzt werden können.

Termin: Sa., 28.03.2020, 09.00 – 13.00 Uhr

Ort: Br.-Vilsen

Kosten: 15,- €

Anerkennung: 5 LE für ÜL-C Breitensport

## **Lg: Funktionelles Training mit Sling Trainer, Battle Rope und Power Tube**

Functional Training ist eins „der“ Schlagwörter in der Sportszene! Und wie so häufig, wird schnell Althergebrachtes unter einem Begriff subsumiert und die eigentliche Idee verwässert. Doch was ist es genau? Ein Gesamtkonzept oder einfach nur ein Training mit unterschiedlichen Geräten?

Termin: Sa. 04.04.2020, 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Melchiorshausen

Kosten: 10- EUR

Anerkennung: 8 LE für ÜL- C Breitensport und ÜL-B Sport in der Prävention

## **Lg.Nr. 2/17/11649 Nackenfit**

Nackenschmerzen - Nackenprobleme fas kennt sicher jeder Erwachsene. In dieser Fortbildung geht es um entlasten - mobilisieren - kräftigen und Vorsorge.

Termin: Sa, 25.04.2020, 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Kirchdorf

Kosten: 30,- €

Anerkennung: 8 LE für ÜL-C Breitensport

## **Lg: Kettlebell Teil 2**

Aufbauend auf Kettlebell Teil 1 werden die vermittelten Grundlagen in dieser Fortbildung vertieft. In einer Art Aufbau-seminar sollen weitere Übungen zur praktischen Umsetzung erläutert werden.

Die Teilnahme an Teil 1 ist verpflichtend notwendig!

Termin: Sa., 09.05.2020, 09.00 – 16.00 Uhr

Ort: Sulingen

Kosten: 10,- €

Anerkennung: 8 LE für ÜL- C Breitensport und ÜL-B Sport in der Prävention

## **Lg.Nr. 2/17/11661 präventives Mobilisationstraining**

Wie beweglich kann oder sollte der Teilnehmer sein. Mobilisation mit dem was uns die normale Sporthalle bietet, sowie Mobilisation als Chance Körperliche Fitness zu unterstützen und zu erhalten.

Termin: Sa, 20.06.2020, 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Kirchdorf

Kosten: 30,- €

Anerkennung: 8 LE für ÜL-B Breitensport

## **Lg-Nr. 2/17/11528 Gewichtsreduktion - Hier kriegen Sie ihr Fett weg**

Wenn man jemand fragt, wie er sich seinen Körper wünschen würde, bekommt man meist „schlank, muskulös, durchtrainiert“ zur Antwort.

Das Thema der „Gewichtsreduktion“ bzw. „Fettreduktion“ unterliegt vielen Mythen:

Abnehmen an bestimmten Körperstellen durch entsprechende Übungen, Fettverbrennung erst nach 20 bis 30 Minuten, die Existenz eines Fettverbrennungspulses usw.

In diesem Seminar liegt neben der Diskussion über eine gesunde Ernährung der Schwerpunkt auf dem Kennenlernen und Erproben von effizienten Sportprogrammen zur Unterstützung der Fettreduktion und Veränderung des Körperschemas.

Termin: Sa. 12.09.2020, 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Br.-Vilsen

Kosten: 30,- EUR

Anerkennung: 8 LE für ÜL- C Breitensport

## **Lg.Nr. 2/17/11527 Kleine Spiele**

In dieser Fortbildung geht es um kleine Spiele im unterschiedlichen Kontext verschiedener Trainingsphasen und -inhalte.

Termin: Sa, 10.10.2020 , 9.00 – 13.00 Uhr

Ort: Br.-Vilsen

Kosten: 15,- €

**Anerkennung: 5 LE für ÜL-C Breitensport**

## **Lg.Nr. 2/17/11635 Kraft und Ausdauer für den Alltag**

In dieser Fortbildung soll es um Übungen gehen, die einem im Alltag helfen. Der Alltag ist bestimmt von Bewegungen die nicht direkt als Sport wahrgenommen werden aber in Summe definitiv anstrengend sind. Häufig dient ein Training also nicht der Vorbereitung auf einen spezifischen Wettkampf, sondern macht unsere Teilnehmer Fit für ihren Alltag und hilft somit leistungsfähig zu bleiben.

Termin: Sa. 24.10.2020, 9.00 – 13.00 Uhr

Ort: Heiligenloh

Kosten: 15,- EUR

Anerkennung: 5 LE ÜL-B Sport in der Prävention

## **Lg.Nr. 2/17/11627 Ausgewogene Ernährung**

Eine gesunde Ernährung in der heutigen Zeit ist allzu oft ein Balanceakt. Zudem soll beim Sport ausreichend getrunken werden. Aber wie viel Energie und Flüssigkeit sollte aufgenommen werden? Was ist gesund und was eher nicht? Apfelschorle, Banane, Smoothies, Energieriegel, Müsli oder doch Nudeln?

Inhalte:

- o Physiologische Bedeutung von Nährstoffen
- o Energie- und Flüssigkeitsbedarf bei sportlichen Belastungen
- o Nahrungsmittel und Gewichtsmanagement

Termin: Sa. 21.11.2020, 9.30 – 16.30 Uhr

Ort: Marklohe

Kosten: 30,- EUR

Anerkennung: 8 LE für ÜL- C Breitensport

## **Lg-Nr. 2/17/11528 Übungen mit Handgerät**

Die Gymnastik ist die Kunst der Leibesübungen. Das heutige Wort Gymnastik bezeichnet das wissenschaftlich begründete und allseitig ausgebildete System der Pflege, Stärkung und Übung der Körperkräfte sowie auch die Übung selbst.

Die Gymnastik richtet ihren Zweck auf die allgemeine und gleichmäßige Ausbildung des Körpers.

Termin: Sa. 05.12.2020, 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Nienburg

Kosten: 30,- EUR

Anerkennung: 8 LE für ÜL- C Breitensport

## **Lg.Nr. 2/17/11660 Richtig Aufwärmen mit Senioren**

Gibt es Unterschiede im Sport der verschiedenen Altersgruppen? Aufwärmen - aber richtig so lautet die Zielsetzung der Fortbildung - was muss ich bei Senioren beachten - was ist wichtig und was kann eine gute Erwärmung leisten.

Termin: Sa, 14.12.2020, 9.00 – 13.00 Uhr

Ort: Kirchdorf

Kosten: 15,- €

Anerkennung: 5 LE für ÜL-C Breitensport

*Kontakt / Meldeadresse:*

***Tjarden Lohmeier***

***Sportreferent für Bildung und Sportjugend***

***Herrlichkeit 200***

***27257 Affinghausen***

***Tel.: 04247-971303***

***Handy: 015146192579***

***Email tjarden.lohmeier@sportregion-ni-dh.de***

## Führungskräfte

### Qualifizierungsmöglichkeiten für Führungskräfte in den Sportvereinen/-verbänden

Ziel ist, die Mitarbeiter in den Vorständen und Führungsteams für die vielfältigen, leitenden und verwaltenden Aufgaben in den Vereinen und Verbänden vorzubereiten bzw. weiterzubilden. An diesen konkreten Aufgaben orientieren sich die Inhalte der folgenden Qualifizierungsangebote.

Das Angebot der Vereinsmanager-C-Lizenz-Ausbildung, eine Lizenz des DOSB, ist in mehrere Abschnitte gegliedert, die zum Teil zentral in der Akademie des Sports in Hannover und zum Teil dezentral in den Sportbünden vor Ort angeboten werden.

Für die VM-C-Lizenz müssen 60 Lerneinheiten (LE) der so genannten Qualifix-Seminare und ein Kompaktseminar (50 LE) besucht und eine Projektarbeit (10 LE) angefertigt werden. Die zeitliche Folge der Qualifizierungsmaßnahmen ist frei wählbar.

In der Akademie des Sports in Hannover werden zentral weitere Wege und Qualifizierungsmaßnahmen zum Erwerb der VM-C-Lizenz angeboten.

Informationen: *Landessportbund Niedersachsen, Manfred Seifert,*  
Tel.: 0511-1268-170, sowie unter [www.lsb-niedersachsen.de](http://www.lsb-niedersachsen.de)

### Qualifix – erfolgreich in die Zukunft! Info zum Konzept Qualifix

Qualifix steht für die Weiterbildung von Führungskräften in Vereinen. Zielgruppen der Seminare sind ehrenamtliche und hauptberufliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Vorständen, Abteilungen und Geschäftsstellen, die sich für den „Verein für die Zukunft“ fit machen wollen.

Die Inhalte der Lehrgänge (4 bis 8 LE) unterstützen die tägliche Vereinsarbeit. Sie sind in verschiedene Themenbausteine gegliedert, die sich gezielt an praktischen Fragen des Vereinsalltags orientieren.

#### **Was wird vermittelt?**

Die Inhalte orientieren sich am Bedarf der Vereine. Viele Seminare unterstützen das operative „Alltagsgeschäft der Vereinsverwaltung und -führung“, andere Themenschwerpunkte bieten zukunftsorientiertes Basiswissen. Sie liefern Hilfestellung bei Planung und Gestaltung und unterstützen die Teilnehmenden bei der Entwicklung des Vereins.

Folgende Themenfelder, unterteilt in einzelne Bausteine, ergeben sich dabei für die Qualifix-Seminare:

- › Finanzen und Steuern
- › Öffentlichkeitsarbeit
- › Mitarbeit im Sportverein
- › Marketing / Sponsoring
- › Versicherung
- › Recht
- › Sport- und Vereinsentwicklung
- › Starke Jugend - starke Vereine
- › EDV im Sportverein

#### **Was bietet Qualifix noch?**

Möglichkeiten

- › des Erfahrungsaustausches, um neue Anregungen, Ideen und Hilfestellungen zu erhalten.
- › der Netzwerkbildung der Vereine untereinander

#### **Wie geht es nach Qualifix weiter?**

Die Qualifix-Bausteine können für den Erwerb der DOSB-Lizenz Vereinsmanager-C (VM C) genutzt werden.

## **Qualifix Maßnahmen 2020**

**Folgende Themen sind geplant, Orte und Referenten werden den Vereinen in gesonderten Einladungen mitgeteilt.**

---

### **Sport und Vereinsentwicklung**

Sportstättenbau von der Idee bis zur Nutzung, am 25.02.20

Referentin: Angela Plenz

### **Aktuelles Vereinssteuerrecht**

Referent: Ulrich Goetze am 31.03.20

### **Finanzen und Steuern**

Beschäftigung im Sportverein, 05.05.20

Referent: Holger Gerdes

### **Finanzen und Steuern**

Grundlagen der Gemeinnützigkeit, 08.09.20

Referent: Dietmar Fischer

### **Finanzen und Steuern**

Spenden und Sponsoring, am 13.10.20

Referent: Ulrich Goetze

### **Recht**

Mitgliederversammlung, 24.11.20

Referent: Dietmar Fischer

## Termine der



&



Auch die Sportjugenden in der Sportregion Diepholz/Nienburg bieten im kommenden Jahr 2020 wieder zahlreiche Bildungsangebote an. Diese richten sich in erster Linie an Kinder und Jugendliche ab dem 13. Lebensjahr. Nähere Informationen hierzu gibt's im Netz auf der Homepage des LandesSportBundes Niedersachsen [www.lsb-niedersachsen.de](http://www.lsb-niedersachsen.de)

oder auch persönlich unter: [tjarden.lohmeier@sportregion-ni-dh.de](mailto:tjarden.lohmeier@sportregion-ni-dh.de)

Darüber hinaus möchten sich die Sportjugenden aber auch gerne an zahlreichen Projekten, Freizeiten und Events jeglicher Vereine beteiligen. Bei Fragen zu Organisation, Rahmenprogramm oder sonstiger Art stehen sowohl die Vorstände der beiden Sportjugenden als auch der Sportreferent für Bildung und Sportjugend Tjarden Lohmeier jederzeit zur Verfügung

### **Juleica – Ausbildung (ab 16 Jahren)**

Die Jugendleiterinnen- und Jugendleiter-Ausbildung ist eine Qualifizierungsmöglichkeit für Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter, Juniorteams bzw. Jugendwarte im Verein sowie Betreuerinnen und Betreuer von z.B. Kinder- und Jugendfreizeiten.

Termin: 16. – 20.07.2020

Ort: Lastrup

Kosten: 85,- EUR - darin enthalten sind Vollverpflegung und Übernachtung



## **Sportassistenten – Ausbildung (ab 13 Jahren)**

Sportassistentinnen bzw. Sportassistenten unterstützen Übungsleiterinnen und Übungsleiter bei der Planung und Durchführung von Übungsstunden. Sie arbeiten mit erfahrenen Trainerinnen und Trainern zusammen und übernehmen z. B. die Anleitung von Spielen, die Gestaltung einzelner Stundenteile oder die Betreuung von Teilgruppen. Sportassistentinnen und Sportassistenten können ihre Ideen darüber hinaus bei Aktivitäten im Verein einbringen, zum Beispiel bei Spielfesten, Vereinsevents, Trainingslagern oder Ausflügen.

1.Termin: 01.02. – 04.02.2020

Ort: Leese

Kosten: 50,- €

2.Termin: 30.03 – 02.04.2020

Ort: Steimbke

Kosten: 50,- €

Diese Ausbildung ist je nach Bedarf vor Ort im Verein durchführbar!

## **Schulsportassistenten-Ausbildung (ab 13 Jahren)**

Ziel der Ausbildung ist es, interessierte Schülerinnen und Schüler zu befähigen, im außerunterrichtlichen Schulsport und im Sportverein Verantwortung zu übernehmen. Das Spektrum reicht von helfenden Tätigkeiten über die Mitgestaltung bis hin zu klar eingegrenzten Leitungsfunktionen bei der Planung und Durchführung von Bewegungs- und Sportangeboten in Schulen und Sportvereinen bzw. in der Zusammenarbeit von Vereinen und Schulen.

Termine nach Absprache mit Schulen innerhalb der Sportregion!

*Kontakt / Meldeadresse:*

**Tjarden Lohmeier**  
**Sportreferent für Bildung und Sportjugend**  
**Herrlichkeit 200**  
**27257 Affinghausen**  
**Tel.: 04247-971303**  
**Handy: 015146192579**  
**Email [tjarden.lohmeier@sportregion-ni-dh.de](mailto:tjarden.lohmeier@sportregion-ni-dh.de)**

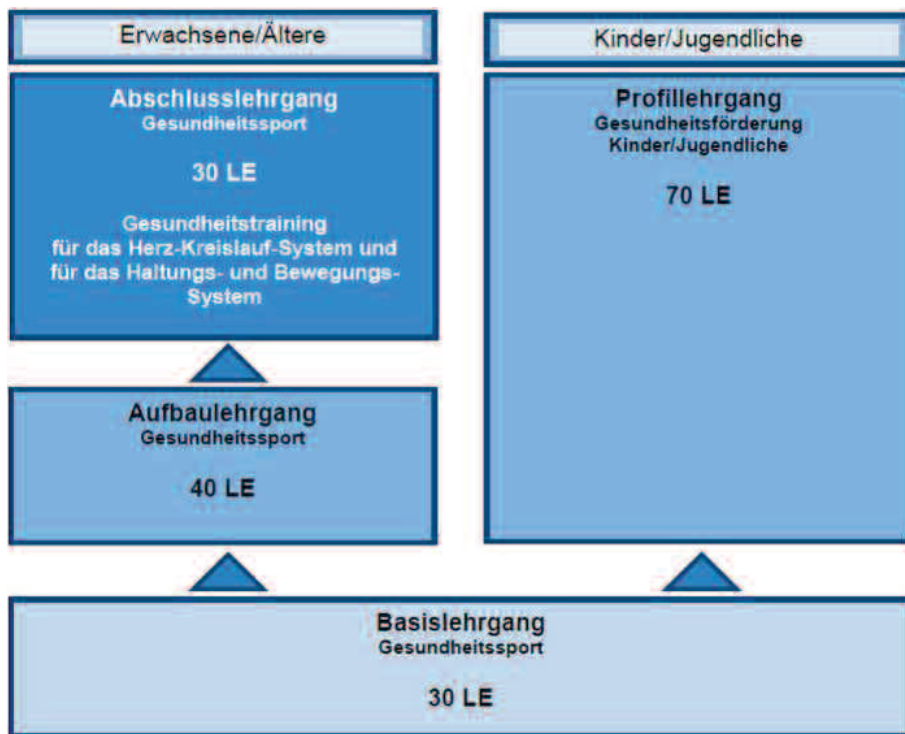
# Ausbildung zum/zur Übungsleiter/in- B „Sport in der Prävention“ (2. Lizenzstufe)

## Wer kann an der ÜL B „Sport in der Prävention“ Ausbildung teilnehmen?

Die Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung sind ein gültiger Lizenzabschluss der 1. Lizenzstufe und die Vollendung des 18. Lebensjahrs. Darüber hinaus ist die praktische Erfahrung in der Arbeit mit Erwachsenen oder Älteren bzw. mit Kindern oder Jugendlichen im Verein wünschenswert.

## Wie ist die Ausbildung organisiert?

In der Ausbildung können Sie sich spezialisieren auf Sportangebote im Bereich Gesundheitstraining für Erwachsene/Ältere oder Gesundheitsförderung für Kinder/Jugendliche. Die Abschnitte der ÜL B Ausbildung bauen aufeinander auf und müssen in der vorgegebenen Reihenfolge absolviert werden: für das Profil Erwachsene/Ältere der Basislehrgang, Aufbaulehrgang + Abschlusslehrgang und für das Profil Kinder/Jugendliche der Basislehrgang + der Profillehrgang Gesundheitsförderung.



## **Basislehrgang Gesundheitssport (2. Lizenzstufe) 30 LE**

Im Basislehrgang werden die Grundkenntnisse aus den Ausbildungen der 1. Lizenzstufe zum gesundheits- und fitnessorientierten Sport aufgearbeitet und vertieft (Funktionsgymnastik, Herz-Kreislauf, Ausdauertraining, Körperwahrnehmung und Entspannung).

Die Übungsleiterinnen und Übungsleiter sollen befähigt werden, vielseitige und zielgerichtete Bewegungsprogramme in allgemeinen Sportgruppen sowie für spezielle gesundheitsorientierte Vereinsangebote zu entwickeln. Das Angebot kann sich sowohl an die Zielgruppe gesunder Erwachsener als auch an die Zielgruppe von Kindern und Jugendlichen richten. Die Gestaltung gesundheitsorientierter Übungsstunden steht dabei im Mittelpunkt.

## **Aufbaulehrgang Gesundheitssport (2. Lizenzstufe) 40 LE**

Neben allgemeinen Informationen zum Zusammenhang von Bewegung, Sport und Gesundheit ist im Aufbaulehrgang eine weiterführende Auseinandersetzung mit der Praxis des gesundheitsorientierten Sports mit folgenden Themenschwerpunkten vorgesehen:

- Sport und Gesundheit im Verein
- Präventive Wirbelsäulengymnastik
- Ausdauertraining
- Körperwahrnehmung / Koordination / Entspannung
- Funktionelle Gymnastik
- Sportarten auf dem Prüfstand
- Grundlagen Trainingslehre und Sportmedizin
- Sport und Ernährung

## **Abschlusslehrgang (2. Lizenzstufe) 30 LE**

Im Abschlusslehrgang werden Gesundheitsprogramme zu den Profilen „Gesundheitstraining für das Herz-Kreislauf-System“ und „Gesundheitstraining für das Haltungs- und Bewegungssystem“ vorgestellt und bearbeitet. Den Schwerpunkt dieses Ausbildungsabschnittes bilden umfangreiche Lehrübungen, mit denen die Übungsleitenden auf die Umsetzung der Programme in ihrem Verein vorbereitet werden.

Ein Teil des Lehrgangs ca. 10 LE wird von den Teilnehmenden als Projektarbeit im Heimstudium durchgeführt (Ausarbeitung einer Übungsstunde, protokollierte Hospitation).

**Basislehrgang: Lg – Nr. 2/17/11432**

Blended Learning vorab

22.02.2020 – 23.02.2020

Kosten: € 120,- (\*)

**30LE, Veranstaltungsort: TKW Nienburg**

**Aufbaulehrgang: Lg – Nr. 2/17/11434**

Teil 1: 14.03.2020 – 15.03.2020

Teil 2: 21.03.2020 – 22.03.2020

Kosten: € 130,- (\*)

**40LE, Veranstaltungsort: TKW Nienburg und SV Erichshagen**

**Abschlusslehrgang: Lg – Nr. 2/17/11437**

25.04.2020 – 26.04.2020

Kosten: € 120,- (\*)

**30LE, Veranstaltungsort: Holtorfer SV**

(\*) Die Kosten gelten für Teilnehmer/-innen aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen (DOSB). Nichtmitglieder zahlen einen höheren Beitrag.

Im Preis inbegriffen: Lehrgangsmaterialien, Verpflegung.

Um die B-Lizenz zu erlangen, muss an allen Wochenenden teilgenommen werden. Falls schon in einer anderen Sportregion ein Lehrgang oder einzelne Bausteine besucht wurden, bitten wir um Rücksprache zwecks Anerkennung.

## Rund um die Anmeldung

1. Die Anmeldung erfolgt über das Bildungsportal des LSB-Niedersachsen über den Link „Bildungsportal“ auf [www.lsb-niedersachsen.de](http://www.lsb-niedersachsen.de) oder per E-Mail  
Kurzfristige Anmeldungen sind möglich. In diesem Fall bitte telefonischen Kontakt aufnehmen.
2. **Die Teilnahmegebühr ist im Vorfeld des Lehrgangs (bei Anmeldung) zu überweisen.**
3. Bei Verhinderung möchten wir darum bitten, frühzeitig die Mitarbeiter der Geschäftsstelle zu informieren, damit ggf. Interessierte von der Warteliste nachrücken können.
4. Bei Nichteinhaltung der Abmeldefrist – Abmeldungen schriftlich, 14 Tage vor Lehrgangsbeginn– kann eine Bearbeitungsgebühr in Höhe der Lehrgangsgebühren, Rechnung gestellt. Diese Gebühr wird im Krankheitsfall (nur nach Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung) nicht erhoben bzw. zurückerstattet. Sollte der Lehrgang nicht stattfinden, wird die eingezahlte Summe vollständig zurückerstattet.
5. An Lizenzausbildungen können grundsätzlich nur Mitglieder aus Vereinen teilnehmen, die im LandesSportBund Niedersachsen organisiert sind. Für Teilnehmer aus anderen LandesSportBünden oder Vereinen, die nicht im LSB Niedersachsen Mitglied sind, wird eine erhöhte TN Gebühr erhoben!

Bei Weiterbildungen werden für nicht im LSB organisierte Teilnehmer erhöhte Gebühren erhoben und es besteht kein Versicherungsschutz über den Sportversicherungsvertrag des LSB Niedersachsen. Die jeweiligen erhöhten Teilnahmegebühren sind zu den einzelnen Lehrgängen aufgeführt.

*Kontakt / Meldeadresse:*

**Tjarden Lohmeier**  
**Sportreferent für Bildung und Sportjugend**  
**Herrlichkeit 200**  
**27257 Affinghausen**  
**Tel.: 04247-971303**  
**Handy: 015146192579**  
**Email [tjarden.lohmeier@sportregion-ni-dh.de](mailto:tjarden.lohmeier@sportregion-ni-dh.de)**

avacon



# Wir bringen neue Energie ins Spiel

Als regionaler Energiepartner wissen wir: Das Herz einer Region sind die Menschen, die Zukunft ihrer Kinder und Jugendlichen. Deswegen engagieren wir uns in der Jugend- und Sportförderung für unseren Nachwuchs und unterstützen Vereine und Verbände vor Ort. Weil wir glauben, dass Gemeinschaft die stärksten Netzwerke schafft.

**Zukunft beginnt zusammen**

**Avacon Netz GmbH**  
Am Winklerfelde 1  
28857 Syke  
Tel. 04242-695-0  
[avacon.de](http://avacon.de)



## Stellenangebot

### Bundesfreiwilligendienst im Sport „Sportjugend – Kinder und Jugendliche im Sport“

**Beginn: 01.09.2020 - Ende: 31.08.2021**

#### Tätigkeiten:

- Mitarbeit bei Organisation und Durchführung von Aus- und Fortbildungen im Verein und an Schulen mit Kindern und Jugendlichen
- Mitarbeit bei Organisation und Betreuung von sportlichen Aktionen im Rahmen offener Kinder- und Jugendarbeit und die Unterstützung bei der Entwicklung von Projekten der Sportjugend.
- Mitarbeit bei der jugendspezifischen Öffentlichkeitsarbeit
- Planung und Entwicklung eines (eigenen) Gesamtprojekts in der Sportregion
- Unterstützung des Sportreferenten im Handlungsfeld Sportjugend

#### Voraussetzungen:

- Interesse an sportlicher Vielfalt
- Interesse am Umgang mit jungen Menschen
- Teamfähigkeit
- Mobilität (Führerschein Klasse B und Auto)
- Vorerfahrungen erwünscht in Vereins- und Verbandsstrukturen
- Bereitschaft in den Abendstunden oder am Wochenende zu arbeiten

**Wir bieten die Möglichkeit des Lizenzerwerbs ÜL C und der Juleica sowie die im Rahmen des BFD notwendigen Fortbildungsmöglichkeiten im KSB Diepholz und dem LSB Niedersachsen.**

#### **Bewerbungen, Lebenslauf und Bewerbungsbogen bitte an:**

KSB Diepholz  
Herrlichkeit 200, 27257 Affinghausen

Email: [tjarden.lohmeier@sportregion-ni-dh.de](mailto:tjarden.lohmeier@sportregion-ni-dh.de)  
Telefon: 04247/ 971552 oder 015146192579





## Anschriften im Überblick

### Geschäftsstelle

Maschstraße 18  
30169 Hannover  
Tel.: (0511) 98097-0  
Fax: (0511) 98097-12  
E-Mail: info@NTBwelt.de

- Vereinsservice
- GYMWELT
- Bürgerschaftliches Engagement
- Veranstaltungen
- Kommunikation
- Finanzen und Verwaltung
- Turnerjugend



### Landesturnschule Melle

Friedr.-Ludwig-Jahn-Straße 16  
49324 Melle  
Tel.: (05422) 9491-0  
Fax: (05422) 9491-24  
E-Mail: LTS@NTBwelt.de

- Lehrgänge
- Übungsleiterausbildungen
- Seminar- und Gästehaus



### Jugendbildungsstätte Baltrum

Ostdorf 176  
26579 Baltrum  
Tel.: (04941) 9911-64  
Fax: (04941) 9911-65  
E-Mail: JBS@NTBwelt.de

- Freizeiten
- Lehrgänge und Seminare
- Zeltplatz



### Turn- und Sportfördergesellschaft

Maschstraße 18  
30169 Hannover  
Tel.: (0511) 98097-98  
Fax: (0511) 98097-99  
E-Mail: TSF@NTBwelt.de

- Veranstaltungsmarketing
- Künstlervermittlung
- Agenturservice
- NTB-Shop
- DTB-Akademie-Angebote
- Ticketservice



**[www.NTBwelt.de](http://www.NTBwelt.de)**

### Hinweis zum Datenschutz

Nach den Artikeln 13 und 14 der EU-DSGVO haben der NTB und seine Untergliederungen bei der Verarbeitung personenbezogener Daten einer betroffenen Person, deren Daten sie verarbeitet, die in den Artikeln genannten Informationen bereit zu stellen. Dieser Informationspflicht kommt der NTB nach und stellt dieses Informationsrecht der betroffenen Person auf der Homepage des NTB unter [www.NTBwelt.de](http://www.NTBwelt.de) im Bereich Datenschutz zur Verfügung.



Bewegte  
Kinder-  
welten

NIEDERSÄCHSISCHE  
KINDERTURN  
STIFTUNG 

## Gestalten Sie mit uns bewegte Kinderwelten!

Wir fördern Projekte von engagierten Vereinen und setzen selbst Initiativen zur nachhaltigen Förderung von Bewegung im Kindesalter um.

**Weil uns Kinderbewegung wichtig ist!**

### Für Vereine



Sie sind ein Verein und suchen finanzielle Unterstützung für Ihr Vereinsprojekt?

**Dann sind Sie bei uns genau richtig!**

Voraussetzungen für unsere Projektförderung finden Sie auf unserer Webseite [www.Kinderturnstiftung-Nds.de](http://www.Kinderturnstiftung-Nds.de) unter der Rubrik Projektförderung. Oder lassen Sie sich persönlich von uns beraten unter der Telefonnummer (0511) 980 97 – 55.



Sie finden unsere Arbeit sinnvoll?

**Dann unterstützen Sie uns  
jetzt mit Ihrer Spende an:**

### Für Spender

Niedersächsische Kinderturnstiftung  
Norddeutsche Landesbank Hannover  
IBAN: DE78 2505 0000 0200 4056 37  
BIC: NOLADE2HXXX

# TurnGala

**NTB**   
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

## CELEBRATION

17.12.2019  
Wilhelmshaven  
18:30 Uhr18.12.2019  
Vechta  
18:30 Uhr19.12.2019  
Osnabrück  
18:30 Uhr20.12.2019  
Lingen  
18:30 Uhr21.12.2019  
Minden  
17:00 Uhr22.12.2019  
Hameln  
18:00 Uhr

## TurnGala – Celebration

Die einzigartige Bühnenshow erstmals in Norddeutschland!

Licht aus – Spot an! Wenn die Nacht zum Tage wird, dann heißt es „Celebration“. Feiern und erleben Sie die kunterbunte Welt des Turnens einmal ganz anders. Turnen und Artistik, Tanz und Akrobatik vereint mit einem Hauch schräger Komik. Es wird frech – das wird Partystimmung pur! Der familiäre Charakter der Show ermöglicht Ihnen hautnah dabei zu sein, ganz nah bei den Turnern und Artisten. Turnen zum Anfassen mit Ästhetik und Emotionen. Ein meisterhafter Spagat zwischen Weltklasse- und Nachwuchsturnen. Verpassen Sie nicht diese einzigartige Bühnenshow!

Homepage:  
[www.turngala.de](http://www.turngala.de)  
Informations:  
(0511) 980 97 - 98

## Der NTB auf einen Blick!

- Gegründet: 24. Oktober 1947
- Größter Landesfachverband in Niedersachsen
- Größter Landesturnverband in Deutschland

**Vereine: 2.761**



**GYMWELT**  
davon über  
**300**  
GYMWELT-Vereine

### Organe:

**Landesturntag**  
**324**  
Delegierte  
alle zwei Jahre

**Präsidium**



**8** Präsidiumsmitglieder  
(Präsident: Heiner Bartling)

acht bis zehn Mal im Jahr

**Hauptausschuss**  
**75**  
Mitglieder  
zwei Mal im Jahr

### Angebotsvielfalt:

Turnsportarten  
und Turnspiele

Kinder, Ältere,  
Erwachsene und Familien

Über **100**  
Bewegungsangebote

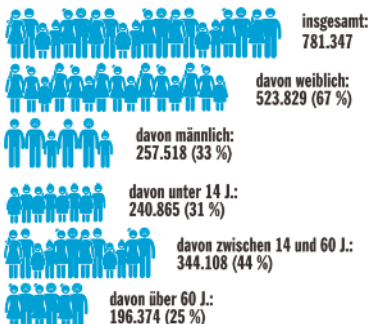
**GYMWELT**

Fitness und  
Gesundheit

Natur und Erlebnis

Tanz, Vorführungen  
und Bewegungskunst

### Mitglieder:



Rund 40.000 Übungsleiter und ehrenamtliche Entscheidungsträger

### Regionale Untergliederung:



### KONTAKT UND INFOS:

Niedersächsischer Turner-Bund e.V.  
Maschstraße 18 · 30169 Hannover  
☎ (0511) 980 97-0 ✉ info@NTBwelt.de  
🌐 www.NTBwelt.de  
📘 www.NTBwelt.de/facebook



## WILLKOMMEN IN DER GYMWELT.

Du bist mit Haut und Haaren Übungsleiter und brännst dafür, Menschen für Deinen Sport sowie die Begeisterung an der gesunden Bewegung zu begeistern? Klasse, dann geht es Dir wie uns.

Um zukünftig noch mehr Menschen einfachen Zugang zu Deinen sowie den unzähligen und vielseitigen Angeboten in Deinem Verein zu ermöglichen, haben wir die **GYMWELT** ins Leben gerufen.

**GYMWELT** ist die Dachmarke für die enorme Vielfalt an Vereinsangeboten – von Aerobic über Cross-Fitness bis Wirbelsäulengymnastik, von Pilates bis Yoga, von Nordic Walking bis Parkour und Wandern. Kurz: In der **GYMWELT** werden die qualitativ hochwertigen Angebote aus Fitness- und Gesundheitssport, aus Tanz, Vorführungen und Bewegungskunst sowie aus Natur und Erlebnis der Turnvereine gebündelt.

Also Angebote und Kurse wie Deine.

Als **GYMWELT**-Verein bekommst Du Zugang zu hochwertigen Flyern, Plakaten und Anzeigen mit rechtfreien Fotos und Deinem Vereinslogo für Deine Werbung vor Ort.

Als **GYMWELT**-Verein kannst Du unsere **GYMWELT**-Beratungsangebote für den Auf- und Ausbau deiner Angebote nutzen.

Und als **GYMWELT**-Verein bist Du in bester Gesellschaft. Denn mehr als 1.000 Sportvereine sind bereits **GYMWELT**-Verein.

Werde **GYMWELT**-Verein:

 (0511) 980 97-44

 (0511) 980 97-48

 GYMWELT@NTBwelt.de

 [www.NTBwelt.de/GYMWELT](http://www.NTBwelt.de/GYMWELT)

**Bitte vormerken:**

**Kreisturntag**  
**am Sonntag, 22. März 2020**  
**Beginn: 09:30 Uhr**

**in der Gaststätte**  
**Zur Penne**  
**Bremer Str. 14, 27239 Twistringen**

Nach dem Frühstücksimbiss wird der Kreisturntag um 10:15 Uhr eröffnet.

Der Kreisturntag findet alle zwei Jahre statt. Er ist die Versammlung der Delegierten aller Turnvereine und das höchste Gremium des Turnkreises. Hier werden die Weichen für die Arbeit des Turnkreises der nächsten zwei Jahre gestellt. Der Kreisturntag wählt zudem die Vorstandsmitglieder und bestätigt Fachwarte und Fachwartinnen. Ein wichtiger Bestandteil des Kreisturntages sind die Ehrungen für verdiente Vereinsmitglieder und Sportler des Turnkreises.

Weitere Informationen werden in der Einladung bekannt gegeben, die rechtzeitig vor dem Termin versandt wird. Wir freuen uns, wenn Ihr Euch diesen Termin schon jetzt notiert.

Turnkreis Diepholz  
Vorsitzende  
Brigitte Nobis-Meyer  
Wacholderweg 2  
27239 Twistringen  
Tel. 04243 8995  
Fax: 04243 942737  
E-Mail: nobis-meyer@kabelmail.de

[www.ntb-infoline.de/cms\\_new/turnkreise/hannover/diepholz/willkommen.html](http://www.ntb-infoline.de/cms_new/turnkreise/hannover/diepholz/willkommen.html)

September Sa. 26.09.2020	14:30	Wanderung in Engeln, Klövinghausen Treffen u. Kaffee: Heuhotel Heidhoff, Klövinghausen
Oktober Sa. 31.10.2020	14:30	Wanderung in Homfeld, Heiligenberg Treffen u. Kaffee: Restaurant Bomhoff, Dillertal
November Sa. 28.11.2020	<b>14:00</b>	Wanderung in Bramstedt, Forst Westermark Treffen u. Kaffee: Gasthaus Lampe, Bramstedt
Dezember Mi. 30.12.2020	<b>14:00</b>	Wanderung in Nordwohldede, Forst Hülsenberg Treffen u. Kaffee: Gasthaus zum Hombachtal Lüdede, Nordwohldede



**Fortbildungen**  
**Freizeit- und Breitensport Wandern**



**Ansprechpartner:**

**Ernst Bobrink**  
 Niehaus 11a  
 27211 Bassum

**Tel. 04241 7004**

**E-Mail: ernst.bobrink@ewetel.net**

Januar Sa. 25.01.2020	14:30	Wanderung in Bassum-Helldiek, Dicker Braken Treffen: Schützenhalle Freudenberg, Kaffee: Stövers Landgasthaus, Groß Henstedt
Februar Sa. 29.02.2020	14:30	Wanderung in Kirchseelte, Bürsteler Heide Treffen u. Kaffee: Gasthaus „DreiMädelHaus“, Kirchseelte
März Sa. 28.03.2020	14:30	Wanderung in Neubruchhausen, Forst Freidorf Treffen u. Kaffee: Stührings Gasthof, Sudwalde
April Sa. 25.04.2020	14:30	Wanderung in Bassum-Osterbinde, Eschenhausen Treffen u. Kaffee: Gasthaus „Freye“, Bassum- Osterbinde
Mai Sa. 30.05.2020	14:30	Wanderung in Syke, Forst Friedeholz Treffen: Parkplatz im Friedeholz, Friedeholzstr. Kaffee: Café „Delcasy“, Syke
Juni Sa. 27.06.2020	14:30	Wanderung in Dünsen, Staatsforst Treffen u. Kaffee: Landhaus Dünsen (Schützen- fest)
Juli Sa. 25.07.2020	14:30	Wanderung in Riethusen-Sellingsloh Treffen u. Kaffee: Gasthaus Mügge, Bruchhausen-Vilsen
August Sa. 29.08.2020	14:30	Wanderung in Kuppendorf, Kuppendorfer Heide Treffen u. Kaffee: Gasthaus „Zur Mühle“, Kuppen- dorf



Fortbildungen  
Freizeit- und Breitensport **Korbball**



Ansprechpartner:

Elke Dahme

Tel. 04295 1241

E-Mail: [elke.dahme@t-online.de](mailto:elke.dahme@t-online.de)

---

**07.06.2020**      Übungsleiterlehrgang  
10:00 - 16:00 Uhr      Ort: Barrien

---

**14.06.2020**      Übungsleiterlehrgang  
10:00 - 16:00 Uhr      Ort: Barrien

---

**29.08.2020**      Schiedsrichterlehrgang  
10:00 - 14:00 Uhr      Ort: Sudweyhe

---

**30.08.2020**      Schiedsrichterlehrgang  
10:00 - 14:00 Uhr      Ort: Gessel

---



## Ligaturen weiblich

Ansprechpartner:

Patricia Schirmer

Mobil: 01704007388

E-Mail: [patty@gmx.biz](mailto:patty@gmx.biz)

Petra Kehlenbeck-  
Schirmer

Mobil: 01704007240

E-Mail: [schirmer.petra@t-online.de](mailto:schirmer.petra@t-online.de)

---

**TURNEN!**  
GERÄTTURNEN 

**TURNEN!**  
GERÄTTURNEN 

**Bitte vormerken:**

Der Turnkreis Diepholz  
und  
der ausrichtende Verein  
**MTV Jahn von 1891 Barnstorf e.V.**  
laden ein  
zum  
**42.**  
**Kreis-Jugend- und Kinderturnfest**  
**vom 03. - 05. Juli 2020**

**Für Organisation/Ausschreibung**

**Ansprechpartner:**

**Kerstin Klauke**  
**Nordesch 12**  
**49406 Barnstorf**  
**Tel. 05442 8342**  
**E-Mail: Kerstin\_Klauke@web.de**

**NTJ**   
NIEDERSÄCHSISCHE TURNERJUGEND

Internet: <https://www.ntbwelt.de/der-ntb/ntb-regional/turnkreise/diepholz.html>

---

**Fortbildungen**

**Jugend- und Kinderturnen**

Übungsleiter C Kinder/Jugendliche: Schwerpunkt Kinderturnen

**1. Lizenzstufe**

Ansprechpartner:

Kerstin Klauke

Tel. 05442 8342

E-Mail: Kerstin\_Klauke@web.de

Sabine Müller

Tel. 04273 8227

E-Mail: sabine.mueller111@ewetel.net

Anke Brozkiewicz

Tel. 04271 5145

E-Mail: anke.brozkiewicz@gmx.de

Nadine Leefhelm

E-Mail: nadine.leefhelm@googlemail.com

---

**25.04.2020**

14:00 - 17:00 Uhr

**Eltern/Kind**

Referent: N.N.

Ort: N.N.

**4 LE**

---

**03. - 05.07.2020**

**Kreis-Jugend- und Kinderturnfest 2020**

Ausrichter: MTV Jahn von 1891 Barnstorf e.V.

---

**12.09.2020**

14:00 - 17:00 Uhr

**Eltern/Kind**

Referent: N.N.

Ort: N.N.

**4 LE**

---

**Bitte beachten!**

Bei jeder Fortbildung wird eine gesonderte Einladung per E-Mail ca. 6 Wochen vorher direkt an Übungsleiter und Vereine versandt.

Anmeldung per E-Mail nach Eingang der Einladung an:

**Sabine Müller**

E-Mail: sabine.mueller111@ewetel.net

---

## Turnkreis-Fortbildungen

### 1. Lizenzstufe Breitensport

### Turnen der Älteren

#### Übungsleiter C Erwachsene/Ältere

#### Trainer C mit Profil:

Fitness und Gesundheit Erwachsene, Fitness und Gesundheit Ältere,  
Gymnastik-Rhythmus-Tanz, Fitness-Aerobic

Ansprechpartner:

Brigitte Nobis-Meyer

Tel. 04243 8995

E-Mail: nobis-meyer@kabelmail.de

---

**21.03.2020**

09:00 - 12:15 Uhr

**Beckenbodengymnastik**

**(4 LE)**

Referentin: Ute Rieken

Ort: Mehrzweckhalle des SV Mörsen,  
Am Sportheim, 27239 Twistringen-Mörsen

Inhalt: Der Beckenboden ist kein Tabu!!! Die Ansteuerung und die Mitarbeit der Beckenbodenmuskulatur ist nicht nur bei vielen Sportarten unerlässlich. Mit gezielter Wahrnehmung, Atmung und funktionellen Übungen werden wir diese Muskulatur stärken.

---

**21.11.2020**

09:30 - 12:45 Uhr

**Yoga in Anlehnung an das  
TriloChi®-Konzept**

**(4 LE)**

Referentin: Martina Brunkhorst

Ort: Mehrzweckhalle des SV Mörsen,  
Am Sportheim, 27239 Twistringen-Mörsen

Inhalt: Mobilisation der Gelenke/Wirbelsäule mit Übungen aus dem Yoga in Anlehnung an das TriloChi®-Konzept. Yoga muss nicht auf dem Boden stattfinden. Ein Hocker ist ein hilfreiches Übungsgerät und ermöglicht und erleichtert so die Ausführung der Übungen.

---

## Turnkreis-Fortbildung

### 1. Lizenzstufe Breitensport

### Gymnastik, Tanz und Fitness

#### Übungsleiter C Erwachsene/Ältere

#### Trainer C mit Profil:

Fitness und Gesundheit Erwachsene, Fitness und Gesundheit Ältere,  
Gymnastik-Rhythmus-Tanz, Fitness-Aerobic

---

**20.06.2020**

09:30 - 12:45 Uhr

**Functional Training**

**(4 LE)**

Referentin: Jessica Hubach

Ort: Mehrzweckhalle des SV Mörsen,

Am Sportheim, 27239 Twistringen-Mörsen

Inhalt: Functional Training - Den menschlichen Körper in seiner Funktion zu trainieren. Das heißt, es werden nie isolierte Muskeln trainiert, sondern immer Muskelgruppen, die bei einer physiologischen Bewegung zusammenarbeiten. Egal in welcher Ausgangsstellung! Erlebe athletische Übungskombinationen mit dem eigenen Körper und trainiere Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Schnelligkeit in einer Übungseinheit.

---

### Bitte beachten für die Turnkreis-Fortbildungen in Bereichen

#### Gesundheitssport

#### Gymnastik, Tanz und Fitness

#### Turnen der Älteren

Bei jeder Fortbildung wird eine gesonderte Einladung per E-Mail ca. 6 Wochen vorher direkt an Übungsleiter und Vereine versandt. **Anmeldung nach Eingang der Einladung bei der in der Einladung genannten Lehrgangsführung.**

#### Hinweis:

An Gesundheitssportthemen interessierte Übungsleiter auf der 1. Lizenzstufe (Übungsleiter C/Trainer C) haben die Möglichkeit im Bereich des Gesundheitssports an Fortbildungen teilzunehmen, soweit Plätze frei sind, erhalten aber keine Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung. Bei Interesse bitte Kontakt mit Fachwartin Gesundheitssport im Turnkreis Diepholz aufnehmen.

---

## Turnkreis-Fortbildung

### 1. Lizenzstufe Breitensport

### Gymnastik, Tanz und Fitness

#### Übungsleiter C Erwachsene/Ältere

#### Trainer C mit Profil:

Fitness und Gesundheit Erwachsene, Fitness und Gesundheit Ältere,  
Gymnastik-Rhythmus-Tanz, Fitness-Aerobic

#### Ansprechpartner:

Ute Rieken	Tel. 04242 84532	E-Mail: <a href="mailto:uriesy@ewe.net">uriesy@ewe.net</a>
Brigitte Nobis-Meyer	Tel. 04243 8995	E-Mail: <a href="mailto:nobis-meyer@kabelmail.de">nobis-meyer@kabelmail.de</a>
Birgit Korthals	Tel. 04241 9226295	E-Mail: <a href="mailto:birgit.korthals@web.de">birgit.korthals@web.de</a>

---

### 15.02.2020

10:00 - 13:00 Uhr

**Thema 1: Step-Aerobic (4 LE)**

14:00 - 17:00 Uhr

**Thema 2: Entspannung  
meets Gehirnfitness (4 LE)**

Referentin: Nadine Holzapfel

Ort: Das SGL Fitness- und Gesundheitszentrum des  
TuS Sudweyhe,  
Raiffeisenstr. 8, 28844 Weyhe

**Inhalt 1:** Step-Aerobic ist ein gutes Herz-Kreislauftraining und dabei auch (entgegen so manch einer Meinung) gelenkschonend. In diesem Lehrgang wollen wir kurz auf die einzelnen Schritte und deren richtige Technik eingehen, damit wir hier auch wirklich selbst bei Drehungen gelenkschonend arbeiten. In unseren Gruppen haben wir meist heterogene Gruppen und stehen deshalb auch der Herausforderung gegenüber, wirklich alle Teilnehmer abzuholen und mitzunehmen. Weiterhin wollen unsere Teilnehmer nicht mehr so viel denken müssen und somit sind leichte Choreographien gefragt, die trotzdem auch Abwechslung versprechen. Dies werden wir im Laufe des Workshops zusammen bei guter Musik erarbeiten und erleben.

**Inhalt 2:** In unserem stressigen Alltag ist es gut, auch mal abschalten zu können und mal wieder zu entschleunigen. Dies ist nicht nur für gestresste Berufstätige nützlich, sondern für jedermann und auch etwas besonders Gutes für unsere Seele. Um entspannen zu können, ist es wichtig auch abschalten zu können. Dies kann man gut mit kleinen Übungen aus der Gehirnfitness erzielen. In dieser Fortbildung sollen ein paar kleine Einheiten aus jedem Bereich mitgegeben werden, die in jeder Übungsstunde zum Einsatz kommen können.





---

## Dezentrale Fortbildung des NTB

**07.11.2020**

09:30 - 16:30 Uhr

**Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/  
Sport bei Osteoporose (8 LE)  
ÜL B-Rehabilitation /Profil „Sport bei Wirbel-  
säulenerkrankungen  
Referent: NTB-Referent  
Ort: Sporthalle des TV Heiligenloh,  
Schulstraße 6,  
27239 Twistringen-Heiligenloh**

**Online-Anmeldung für diese Fortbildung**

**NUR über die LTS Melle im Lehrgangportal unter  
*bildung.NTBwelt.de***

**Lehrgangs-Nr. 236/20**



---

## Turnkreis-Fortbildung

### 2. Lizenzstufe

## Gesundheitssport

### Übungsleiter B Prävention

Ansprechpartner:

Ines Plate

Tel. 04277 305

E-Mail: ines.plate@web.de

Maria Thamm

Tel. 04243 2494

E-Mail: thomas.thamm@ewetel.net

Ina Warners

Tel. 04242-160797

E-Mail: TurnkreisWarners@gmx.net

---

**12.09.2020**

09:30 - 16:30 Uhr

### **Funktionelles Training mit dem eigenen**

### **Körpergewicht**

**unter Berücksichtigung der aufrichtenden und stabilisierenden Muskulatur**

**8 LE / ÜL B Prävention/Haltung & Bewegung/Herz-Kreislauf**

Referentin: Anke Rennebeck

Ort: Sporthalle des TV Heiligenloh,

Schulstraße 6,

27239 Twistringen-Heiligenloh

**Inhalt:** Der Bewegungsapparat besteht aus Muskeln, Bändern, Sehnen und Knochen/Gelenken, die wie eine Einheit auf externe oder interne Reize reagieren. Gespeicherte Bewegungsmuster werden als Reaktion auf Reize ständig vom Gehirn abgerufen und gelangen über das Rückenmark an den „Ort der Handlung“, also zu den Muskeln, die die komplexe Bewegung ausführen. Wenn wir also einzelne Muskeln isoliert trainieren (z.B. an Fitnessgeräten) bedeutet dies, dass wir den Körper nicht ausreichend auf diese komplexen, alltäglichen Bewegungsmuster vorbereiten. Um Muskeln effektiv und funktionell zu trainieren, sollten wir mit diesen Bewegungsmustern arbeiten. Je besser die Muskeln als Team arbeiten, desto ökonomischer und sicherer wird die Bewegung ausgeführt. Die Funktion der Muskelkette bezieht sich nicht nur auf die Agonisten, sondern auch auf die Stabilisatoren. Oftmals können wir uns hier der Klassiker-Übungen bedienen, die richtig ausgeführt, zu den „Top-Übungen“ gehören. Hierzu ist es wichtig, die Übungen entsprechend anzuleiten und verschiedene Schwierigkeitsstufen anzubieten. Wichtig ist hier die Bewegungsqualität und nicht die Quantität.

In diesem Lehrgang werden wir mit solchen Übungen die Schwierigkeitsstufen erarbeiten, die Trainingslehre beachten und die beteiligten Muskelgruppen sowie deren anatomischen Gegebenheiten anschaulich besprechen.

## **Aus- und Fortbildungsinformationen**

### **Ausbildung**

#### **1. Lizenzstufe:**

Das Ausbildungssystem auf der 1. Lizenzstufe setzt sich aus dem gemeinsamen Grundlehrgang für alle Lizenzanwärter und den Lizenzabschlusslehrgängen in den verschiedenen Profilen (ÜL C und Trainer C) zusammen. Die Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe können ab dem 16. Lebensjahr absolviert werden.

#### **2. Lizenzstufe:**

Voraussetzung für die Teilnahme an einer Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe ist die erworbene Lizenz auf der 1. Lizenzstufe bzw. eine gleichwertige berufliche Qualifikation sowie praktische Erfahrung als Übungsleiter.

### **Turnkreis-Fortbildungen zur Lizenzverlängerung**

Viele Fortbildungsveranstaltungen beim NTB - insbesondere für C-Lizenzen (1. Lizenzstufe) - werden vor Ort von den ehrenamtlich geleiteten Turnkreisen angeboten.

Um eine Lizenz um weitere vier Jahre zu verlängern, müssen 15 Lerneinheiten absolviert werden.

Bei einer Lizenz der 1. Lizenzstufe (ÜL C und Trainer C) müssen von den 15 LE mindestens 8 LE aus lizenzspezifischen Fortbildungen bestehen, die restlichen LE können in anderen Bereichen geleistet werden.

Bei einer Lizenz der 2. Lizenzstufe Gesundheitssport (P/R-Lizenz) müssen von den 15 LE mindestens 8 LE aus lizenzspezifischen Fortbildungen bestehen, die restlichen LE können aus einem anderen Gesundheitssport-Bereich der 2. Lizenzstufe sein.

## **Turnrat**

**Fachwartin  
Korbball**

**Elke Dahme  
Syker Str. 71  
27321 Emtinghausen  
Tel. 04295 1241  
E-Mail: elke.dahme@t-online.de**

**Fachwart  
Faustball**

**Michael Braun  
Homfelder Heide 6  
27305 Bruchhausen-Vilsen  
Tel. 04253 1828**

**Fachwartin  
Rhönradturnen**

**Mona Kronenberger  
Kasernenstr. 20  
26123 Oldenburg  
E-Mail: monahundrieser@web.de**

**Fachwart  
Musik- und Spiel-  
mannswesen**

**Ulf Kehlenbeck  
An der Heidstr. 17  
28844 Weyhe  
E-Mail: Kehle01@me.com**

**Fachwart  
Wandern**

**Ernst Bobrink  
Niehaus 11a  
27211 Bassum  
Tel. 04241 7004  
E-Mail: ernst.bobrink@ewetel.net**

## **Turnrat**

**Fachwartin  
Gesundheitssport**

**Ines Plate  
Dorfstraße 11  
27252 Schwaförden  
Tel. 04277 305  
E-Mail: ines.plate@web.de**

**Fachwartin  
Jugend- und  
Kinderturnen**

**Kerstin Klauke  
Nordesch 12  
49406 Barnstorf  
Tel. 05442 8342  
Fax: 05442 8373  
E-Mail: Kerstin\_Klauke@web.de**

**Fachwartin  
Gymnastik, Tanz und  
Fitness**

**Ute Rieken  
Wacholderweg 17  
28857 Syke  
Tel. 04242 84532  
E-Mail: uriesy@ewe.net**

**Fachwartin  
Turnen der Älteren**

**Brigitte Nobis-Meyer  
Wacholderweg 2  
27239 Twistringen  
Tel. 04243 8995  
Fax: 04243 942737  
E-Mail: nobis-meyer@kabelmail.de**

**Fachwartin  
Ligaturnen weiblich**

**Patricia Schirmer  
Am Ellernbruch 2  
28844 Weyhe  
Mobil: 01704007388  
E-Mail: patty@gmx.biz**

**Fachwartin  
Gerätturnen weiblich**

**Petra Kehlenbeck-Schirmer  
Am Ellernbruch 2  
28844 Weyhe  
Mobil: 01704007240  
E-Mail: schirmer.petra@t-online.de**

## **Vorstand**

**Vorsitzende**

**Brigitte Nobis-Meyer**  
Wacholderweg 2  
27239 Twistringen  
Tel. 04243 8995  
Fax: 04243 942737  
E-Mail: nobis-meyer@kabelmail.de

**Stv. Vorsitzende  
Gesellschaftspolitik**

**Cornelia Bockhop-Lohmeier**  
Finkenstraße 10  
27245 Kirchdorf  
Tel. 04273 8123  
E-Mail: conny.lohmeier@web.de

**Stv. Vorsitzende  
Finanzen**

**Anke Schattschneider**  
Bremer Straße 25  
28844 Weyhe-Erichshof  
Tel. 0421 8060892  
E-Mail: a.schattschneider@kabelmail.de

**Stv. Vorsitzender  
Öffentlichkeitsarbeit**

**Dominic Klauke**  
Am Rosengarten 24  
49406 Barnstorf  
Mobil: 01724345603  
E-Mail: dominic.klauke@gmail.com

**Vorsitzende  
Turnerjugend**

**Alicia Bockhop**  
Nienburger Str. 85 B  
27232 Sulingen  
E-Mail: Alicia.Bockhop@t-online.de

**Stv. Vorsitzende  
Turnerjugend**

**Kerstin Klauke**  
Nordesch 12  
49406 Barnstorf  
Tel. 05442 8342  
E-Mail: Kerstin\_Klauke@web.de

## **Inhalt**

<b>Vorwort - Wir machen unsere Übungsleiter fit!</b>	<b>9</b>
<b>Vorstand</b>	<b>11</b>
<b>Turnrat</b>	<b>12 - 13</b>
<b>Allgemeine Informationen zur Aus- und Fortbildung</b>	<b>14</b>
<b>Gesundheitssport</b>	
Turnkreis-Fortbildung	15
Dezentrale Fortbildung des NTB	16
<b>Gymnastik, Tanz und Fitness</b>	<b>17 - 18</b>
Fortbildungen	
<b>Turnen der Älteren</b>	<b>19</b>
Fortbildungen	
<b>Jugend- und Kinderturnen</b>	<b>20</b>
Fortbildungen	
<b>42. Kreis-Jugend- und Kinderturnfest</b>	<b>21</b>
<b>03. - 05. Juli 2020</b>	
<b>Ligaturnen weiblich</b>	<b>22 - 23</b>
<b>Korbball</b>	<b>24</b>
Fortbildungen	
<b>Wandern</b>	<b>25 - 26</b>
<b>Kreisturntag des Turnkreises Diepholz</b>	<b>27</b>
<b>22. März 2020</b>	

## *Wir machen unsere Übungsleiter fit*

mit Fortbildungen zur Lizenzverlängerung hier bei uns im Turnkreis Diepholz.

Um die vielen Lizenzen und Zertifikate zu verlängern, hat der NTB ein breites Fort- und Weiterbildungsangebot. Ein Großteil der Fortbildungsveranstaltungen des NTB wird in Deiner Nähe vor Ort von ehrenamtlich geleiteten Turnkreisen angeboten.

Wir möchten, dass möglichst viele und immer mehr Menschen in gut geführten und zukunftsfähigen Vereinen mit gut ausgebildeten Übungsleitern aktiv sind. Durch unsere Fortbildungsangebote möchten wir die Qualität und die Inhalte der Vereinsangebote fördern und erhalten.

Im Jahresprogramm 2020 findest Du alle Fortbildungsangebote Deines Turnkreises, die ganz in Deiner Nähe stattfinden.

Wir freuen uns auf Deine Teilnahme.

*Brigitte Nobis-Meyer*

Vorsitzende des Turnkreises Diepholz

### Impressum

Herausgeber	Niedersächsischer Turner-Bund e.V. Turnkreis Diepholz Wacholderweg 2 27239 Twistringen
Koordination	Brigitte Nobis-Meyer
Bankverbindung	Volksbank eG IBAN DE35291676241503020200 BIC: GENODEF1SHR

Internet: <https://www.ntbwelt.de/der-ntb/ntb-regional/turnkreise/diepholz.html>





**Trainer C im Breitensport – Parkour  
 (1. Lizenzstufe/80 LE)**

Nr.	Termin	Ort
43/20	19.10. - 23.10.2020	
	11.12. - 13.12.2020	LTS Melle

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich*

Ausführlichere Informationen zu den Ausbildungsprofilen, Rahmenbedingungen, Kosten etc. in den o.a. Grundlehrgängen bzw. im NTB-Jahresprogramm 2020.

Anmeldungen können bereits online unter [www.NTBwelt.de/Bildung](http://www.NTBwelt.de/Bildung) im Lehrgangsportaal vorgenommen werden.

## Lizenzbildungen im Gesundheitssport

**Basislehrgang Gesundheitssport  
 (2. Lizenzstufe/30 LE)**

Nr.	Termin	Ort
50/20	07.03. - 08.03.2020	
	14.03. - 15.03.2020	Hannover

**Aufbaulehrgang Gesundheit  
 (2. Lizenzstufe/45 LE)**

Nr.	Termin	Ort
56/20	12.06. - 14.06.2020	
	26.06. - 28.06.2020	Hildesheim

**Abschlusslehrgänge „Sport in der Prävention“ oder „Sport in der Rehabilitation“**

**ÜL B „Sport in der Prävention“ – Ganzheitliches Gesundheitstraining (2. Lizenzstufe/30 LE)**

Nr.	Termin	Ort
81/20	04.09. - 06.09.2020	
	27.11. - 29.11.2020	Hannover

**ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ – Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes  
 (2. Lizenzstufe/70 LE)**

Nr.	Termin	Ort
91/20	14.09. - 18.09.2020	
	04.12. - 06.12.2020	Hannover

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich*



Der „Pluspunkt Gesundheit, DTB“ (und auch gleichzeitig das Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“) ist ein Kriterium zur Erlangung der Förderungswürdigkeit von Präventionsangeboten im Rahmen der Kostenrückerstattung der Krankenkassen.

Weitere Termine und Informationen sind bei Bedarf über die Landesturnschule Melle bzw. über die Gesundheitssportbeauftragten der Turnkreise zu erfragen.

Die Anmeldung erfolgt jeweils getrennt für die einzelnen Ausbildungsabschnitte auf der 2. Lizenzstufe (Basislehrgang, Aufbaulehrgang Gesundheit und den jeweiligen Lizenzabschlusslehrgang).

Weitere Informationen im NTB-Jahresprogramm 2020.

Anmeldungen können bereits online unter [www.NTBwelt.de/Bildung](http://www.NTBwelt.de/Bildung) im Lehrgangsportaal vorgenommen werden.



**Ansprechpartner  
 im Bezirk Hannover  
 Udo Springer**

Tel. + Fax: (05171) 10689

E-Mail: [Udo.Springer@NTBwelt.de](mailto:Udo.Springer@NTBwelt.de)

## Lizenzbildungen im Freizeit-, Breiten- und Leistungssport

### Grundlehrgang 1. Lizenzstufe (40 LE)

Nr.	Termin	Ort
2/20	24.01. - 26.01.2020	
	14.02. - 16.02.2020	Hannover
6/20	21.03. - 22.03.2020	
	18.04. - 19.04.2020	Hameln
19/20	21.11. - 22.11.2020	
	28.11. - 29.11.2020	Hildesheim

### Lizenzabschlüsse auf der 1. Lizenzstufe (80 LE)

#### ÜL C – Übungsleiter Freizeit- und Breitensport – sportartübergreifend

##### ÜL C Freizeit und Breitensport - Kinderturnen (1. Lizenzstufe/80 LE)

Nr.	Termin	Ort
23/20	13.06. - 14.06.2020	
	04.07. - 05.07.2020	
	11.07. - 12.07.2020	
	26.09. - 27.09.2020	Hildesheim

##### ÜL C Freizeit und Breitensport – Jugendturnen mit Parkour-Basic-Coach-Zertifizierung (1. Lizenzstufe/80 LE)

Nr.	Termin	Ort
27/20	03.04. - 07.04.2020	
	12.06. - 14.06.2020	Verden

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich*

#### Trainer C Freizeit- und Breitensport – sportartspezifisch

##### Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (1. Lizenzstufe/80 LE)

Nr.	Termin	Ort
29/20	09.03. - 13.03.2020	
	11.07. - 12.07.2020	Hannover

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich*

##### Trainer C Freizeit- und Breitensport – Gymnastik-Rhythmus-Tanz (1. Lizenzstufe/80 LE)

Nr.	Termin	Ort
35/20	04.09. - 06.09.2020	
	11.09. - 13.09.2020	
	16.10. - 18.10.2020	
	13.11. - 15.11.2020	Hannover

##### Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness-Aerobic (1. Lizenzstufe/80 LE)

Nr.	Termin	Ort
38/20	05.10. - 09.10.2020	
	15.01. - 17.01.2021	LTS Melle

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich*

##### Trainer C im Breitensport – Gerätturnen (1. Lizenzstufe/80 LE)

Nr.	Termin	Ort
40/20	03.04. - 07.04.2020	
	12.06. - 14.06.2020	Verden
41/20	16.07. - 20.07.2020	
	18.09. - 20.09.2020	Brietlingen
42/20	16.10. - 20.10.2020	
	11.12. - 13.12.2020	LTS Melle

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich*

# Sommer auf Baltrum

#turnenistmehr



## SommerFreizeit (SoFrei)

Fr, 17.07. – So, 26.07.2020

Für Jugendliche zwischen 13 und 15 Jahren, die Spaß daran haben, sich in der Gemeinschaft einzufügen und ihre Ferien im Zeltlager zu verbringen. Damit jeder Teilnehmer auf seine Kosten kommt und Spaß hat, wird das Programm von allen gemeinsam gestaltet.

## SommerGeneration

So, 09.08. – Do, 13.08.2020

Eine Freizeit für alle: Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Großeltern. Gemeinsam die Insel erleben, Programm für Groß und Klein gestalten, mit- und voneinander lernen.

## SommerLehrgänge – JuLeiCa

Di, 28.07. – Fr, 07.08.2020

Eine Qualifikation für 16- bis 20-jährige zum Leiten von Kinder- und Jugendgruppen, bei einer abwechslungsreichen Mischung aus Lehrgang und Freizeit. Der Abschluss der JuLeiCa-Ausbildung findet in den Herbstferien beim TujuTreff statt.

## SommerCamp (SoCa)

Sa, 15.08. – Sa, 22.08.2020

Vereinsgruppen mit Kindern im Alter von 8 bis 12 Jahren aufgepasst: Hier gibt es das perfekte Ferienzeltlager für kleine und große Vereinsgruppen, die eine tolle gemeinsame Zeit erleben wollen.

## SommerLehrgänge – Werkstatt und Sport

Di, 28.07. – Fr, 07.08.2020

Für alle, die die JuLeiCa bereits besitzen und auf der Suche nach Spaß und Fortbildung in einem sind. Die Werkstatt bietet Jugendlichen und jungen Erwachsenen bis 20 Jahre die Möglichkeit, handwerklich eigene Projekte zu übernehmen und zu gestalten. Beim Sportlehrgang werden neue und vielfältige (Fun)Sportarten ausprobiert, ergänzt durch grundlegende sporttheoretische Inhalte.



Präsentiert von



Gesamtsponsoring durch



# Feuerwerk der Turnkunst

EUROPAS ERFOLGREICHSTE TURNSHOW



20 % SEC-  
Ermäßigung!



TOURNEE 2020

28.12.2019	Oldenburg	19 Uhr	Große EWE ARENA	13.01.2020	Wetzlar	19 Uhr	Rittal Arena
29.12.2019	Oldenburg	14 & 19 Uhr	Große EWE ARENA	15.01.2020	Schwerin	19 Uhr	Sport- und Kongresshalle
30.12.2019	Bremen	14 & 19 Uhr	OVB-Arena	16.01.2020	Rostock	19 Uhr	Stadthalle
31.12.2019	Hannover	17 Uhr	TUI Arena	17.01.2020	Kiel	19 Uhr	Sparkassen-Arena
02.01.2020	Bielefeld	15 & 19.30 Uhr	Seidensticker Halle	18.01.2020	Hamburg	14 & 19 Uhr	Barclaycard Arena
03.01.2020	Dortmund	19 Uhr	Westfalenhalle	19.01.2020	Braunschweig	14 & 19 Uhr	Volkswagen Halle
04.01.2020	Hannover	14 & 19 Uhr	TUI Arena	20.01.2020	Braunschweig	17 Uhr	Volkswagen Halle
05.01.2020	Berlin	14 & 19 Uhr	Mercedes-Benz Arena	21.01.2020	Göttingen	19 Uhr	Lokhalle
06.01.2020	Halle (Saale)	17 Uhr	HALLE MESSE Arena	22.01.2020	Göttingen	19 Uhr	Lokhalle
07.01.2020	Leipzig	19 Uhr	Arena	23.01.2020	Göttingen	17 Uhr	Lokhalle
09.01.2020	Kassel	19 Uhr	Rothentor-Halle	24.01.2020	Frankfurt	19 Uhr	Festhalle
10.01.2020	Bamberg	19 Uhr	brose ARENA	25.01.2020	Düsseldorf	17 Uhr	ISS DOME
11.01.2020	München	14 & 19 Uhr	Olympiahalle	26.01.2020	Köln	16 Uhr	LANXESS arena
12.01.2020	Nürnberg	16 Uhr	Arena Nürnberger Versicherung				

## TICKETS & INFORMATIONEN

SEC-Inhaber (SEC-Nr. angeben) erhalten eine Ermäßigung von 20 % auf jede bestellte Eintrittskarte. Tickets online platzgenau buchen unter [www.feuerwerkderturnkunst.de](http://www.feuerwerkderturnkunst.de). Tickets zwischen 8 und 46 €, zzgl. Vorverkaufsgebühr. Infos unter (0511) 980 97 98.

# ERLEBNIS TURNFEST

**NTB**   
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

OLDENBURG 20.-24. Mai 2020

## DER MOMENT, DEN DU LIEBST!

Es wird groß, es wird bunt, es wird vielseitig und voller Abenteuer und Erlebnisse: Das Erlebnis Turnfest - Norddeutschlands größtes Breitensportevent. Und du mittendrin!

**Meldebeginn:**  
**25.10.2019**

Infos & Anmeldung zum Newsletter: [www.erlebnisturnfest.de](http://www.erlebnisturnfest.de)

Gefördert durch



Hauptpartner



## Lernen beim NTB – Ein besonderes Erlebnis

Mit der Jugendbildungsstätte auf Baltrum und der Landesturnschule in Melle verfügt der Niedersächsische Turner-Bund über Bildungseinrichtungen, die deutschlandweit anerkannt und einmalig sind. Übungsleiter finden hier ideale Voraussetzungen vor.

### Landesturnschule Melle

Die Landesturnschule Melle ist die zentrale Aus-, Fort- und Weiterbildungsstätte des Niedersächsischen Turner-Bundes. In historischen Fachwerkhäusern werden jährlich ca. 4.000 Lehrgangsteilnehmer im Rahmen von Lehrgängen, Seminaren und Tagungen in angenehmer Atmosphäre geschult. Großzügige Sportstätten und Seminarräume bieten hervorragende Voraussetzungen auch für Trainingslager, Freizeiten oder Klausurtagungen. Die Unterbringung in Einzel- und Doppelzimmern mit angegliederten Bädern garantiert einen angenehmen Aufenthalt. Aufenthaltsräume und die „Turn-Bar“ für gemütliche Stunden ergänzen die idealen Rahmenbedingungen.

**Kontakt:**

Landesturnschule Melle  
Tel.: (05422) 9491-0  
Fax: (05422) 9491-24  
E-Mail: LTS@NTBwelt.de  
Internet: www.NTBwelt.de



### Jugendbildungsstätte Baltrum

Die Jugendbildungsstätte auf der kleinen, autofreien und ein wenig verträumten Insel Baltrum ist eine deutschlandweit einmalige Bildungseinrichtung, denn sie wird in allen Bereichen ehrenamtlich geführt und betreut. Lernen und Erleben stehen im Mittelpunkt: Seit inzwischen über 50 Jahren erleben Kinder und Jugendliche mitten im Nationalpark Wattenmeer erlebnis- und lehrreiche Lehrgänge, Klausurtagungen sowie Jugend-, Vereins- und Turnkreisfreizeiten. Action statt Gammeln: Die Zielsetzung ist klar definiert, über Inhalte und Erlebnisse wird das Engagement bei Jugendlichen und Erwachsenen für eine Mitarbeit in den Vereinen, Kreisen und auf Landesebene geschaffen und gefördert.

**Kontakt:**

Jugendbildungsstätte Baltrum  
Tel.: (04941) 991164  
Fax: (04941) 991165  
E-Mail: JBS@NTBwelt.de  
Internet: www.NTBwelt.de





2020

# Jahresprogramm

# Turnkreis Diepholz