

DAS MAGAZIN VOM BERLINER TURN- UND FREIZEITSPORT-BUND EXTRA

# bewegtberlin

GYMAKADEMIE BERLIN BRANDENBURG JAHRESHEFT 2024



GYMWELT-Kurse

TURN-Kurse

KINDERTURN-Kurse

Wettkämpfe

Termine



[btfb.de](http://btfb.de)



[maerkischer-turnerbund.de](http://maerkischer-turnerbund.de)

**QUALITÄT  
IST UNSERE  
DISZIPLIN**

**BENZ<sup>®</sup>SPORT**

SCHULSPORT | BREITENSport | LEISTUNGSSPORT | GYMNASTIK | FITNESS | THERAPIE

**OUR GOAL -  
YOUR SUCCESS**



[www.benz-sport.de](http://www.benz-sport.de)



  
**MEN'S EHF EURO 2024**  
GERMANY  
10-28 JANUARY

EHF PARTNER

**BENZ<sup>®</sup>**



## Liebe Leserinnen und Leser,

im zurückliegenden Jahr konnten wir rund 800 Meldungen für unsere 71 Fortbildungen und 56 Teilnehmer und Teilnehmerinnen in den 5 Lizenzausbildungen registrieren. Dies waren etwas weniger als im Jahr 2022, wo es nach dem Ende der Pandemie einen wahren Run auf die Bildungsangebote gab. Allerdings war bei unseren Fachtagungen und dem Kongress in Kienbaum ein leichter Anstieg zu verzeichnen. Die 16. Fachtagung „Turnen in der KiTa“ war mit 125 TN fast ausgebucht, bei der 25. Auflage von „Turnen in der Schule“ gab es mehr als 320 Meldungen und der Kongress in Kienbaum lag mit fast 400 Anmeldungen deutlich über der Zahl des Vorjahres.

Was uns dabei durchaus von allen anderen Bildungsanbietern im Sport in Berlin und Brandenburg abhebt, ist die Tatsache, dass wir seit mehr als 20 Jahren jährlich mehrere hundert Sportpädagogen und -pädagoginnen, Erzieherinnen und Erzieher sowie Trainerinnen und Trainer innerhalb des Akademieherbstes für unsere Bildungshighlights begeistern können. In diesem Jahr waren es bei allen drei Events zusammengenommen knapp 850 Meldungen – rechnet man das Organisations- und Dozententeam jeweils hinzu, kommen wir auf weit mehr als 900 Teilnehmende bei drei Bildungsveranstaltungen.

Bei der Anzahl der Lizenzinhaber unseres Verbandes drohte nach der Pandemiephase ein deutlicher Rückgang. Am Jahresende 2022 rutschten wir erstmals unter die Grenze von 1000 lizenzierten Übungsleitern, Übungsleiterinnen, Trainern und Trainerinnen. Wir haben daher in diesem Jahr aktiv gegengesteuert und die Betroffenen mit abgelaufenen Lizenzen direkt angeschrieben, um Ihnen Angebote für die Reaktivierung ihrer Lizenzen zu machen. Dies wurde intensiv genutzt, so dass wir zum Ende dieses Jahres vorbehaltlich der noch ausstehenden Verlängerungen wieder über die 1000er Grenze kommen sollten. Ungachtet dessen erneuern wir hiermit die Bitte und Aufforderung, sich auch bei abgelaufenen Lizenzen vertrauensvoll an uns zu wenden, um nach Lösungen für den Lizenzerhalt zu suchen.

Eine Anmerkung in Sachen Akademiebetrieb: An der Spitze der BTFB-Akademie wird es im kommenden Jahr einen Wechsel geben. Die Leitung wird von Lisa Pollack übernommen, die bereits seit 2020 im Bildungsbereich des Verbandes mitwirkt. Jurij Robel wird auf eigenen Wunsch in Teilzeit wechseln und ihr weiter beratend und unterstützend zur Seite stehen. Wir erhoffen uns damit einen geordneten und nahtlosen Übergang an der Spitze der Akademie und natürlich hoffen wir auch künftig sehr auf Ihr Interesse an den Angeboten unseres Verbandes.

*Marlies Marktscheffel  
Jurij Robel*



**Marlies Marktscheffel**  
Präsidiumsmitglied  
Ausbildung im BTFB



**Jurij Robel**  
Leiter BTFB-Akademie  
(bis März 2024)



**Lisa Pollack**  
Leiterin BTFB-Akademie  
(ab April 2024)

### **Kontakt:**

**030 787945-18 / -16**  
**akademie@btfb.de**

**Immer auf dem  
aktuellsten Stand:**

**btfb.de**

**maerkischer-turnerbund.de**



## ANSPRECHPARTNER UND KONTAKTE BTFB

<b>Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund</b>	btfb.de
Geschäftsführer <b>Claudio Preil</b>	030 787945-15 claudio.preil@btfb.de
Stv. Geschäftsführerin/ Projektmanagement <b>Xenia Hoffmann</b>	030 787945-11 xenia.hoffmann@btfb.de
Akademieleitung <b>Lisa Pollack</b>	030 787945-18 lisa.pollack@btfb.de
Akademie/Datenschutz <b>Jurij Robel</b>	030 787945-16 jurij.robel@btfb.de
Leitung WK/BTJ/Kinderschutz/ Vorführungen <b>Nicole Greßner</b>	030 787945-12 nicole.gressner@btfb.de
Leistungssportreferentin/JtFO/ Schulturnwettkämpfe <b>Finja Säfken</b>	030 787945-13 finja.saefken@btfb.de
Wettkämpfe/Gymnet <b>Hendrik Schellhammer</b>	030 787945-13 hendrik.schellhammer@btfb.de
Vereinsverwaltung/PR <b>Katja Reichel</b>	030 787945-21 katja.reichel@btfb.de
Finanzen <b>Andrea Frase</b> und <b>Tanja Bartsch</b>	030 787945-14 andrea.frase@btfb.de/ tanja.bartsch@btfb.de
Vereins- und Ticketshop/Vermietungen/ Events <b>Michael Grabitz</b>	030 787945-19 michael.grabitz@btfb-gmbh.de
Logistik/ Transport <b>Jörn Kasper</b>	01792426249 joern.kasper@btfb.de
Fax 030 787945-20	E-Mail info@btfb.de / akademie@btfb.de

Ansprechpartner und Kontakte des MTB finden Sie auf Seite 27.

## MELDUNGEN UND GEBÜHREN

### Meldungen

Die GYM-Akademie Berlin Brandenburg ist auch 2024 für Sie an den beiden Standorten Berlin und Potsdam präsent. Die Kursangebote werden dabei weiterhin von BTFB und MTB getrennt verwaltet. Bitte beachten Sie deshalb (anhand der Kursnummern), wer bei Meldung und Rückfragen Ihr Ansprechpartner ist.

Anmeldungen zu Bildungsveranstaltungen sind nur dann sinnvoll, wenn es Ihnen möglich ist, durchgehend anwesend zu sein.

Alle Kursbuchungen müssen in schriftlicher Form vorgenommen werden. Berücksichtigen Sie bei Buchungen die unterschiedlichen Meldeportale!

BTFB-Kurse: <https://kursbuchungen.btfb.de>  
MTB-Kurse:

<https://www.events.dtb-gymnet.de/>

Bitte beachten Sie, dass bei Buchungen von MTB-Angeboten, die nicht über das Gymnet erfolgen, eine Bearbeitungsgebühr von 10,00 € erhoben wird.

Mit der Meldung willigen Sie in die Verarbeitung Ihrer Daten ein. Bei Lizenzausstellungen und -verlängerungen werden Ihre Daten an DTB, DOSB und LSB übermittelt.

Wir machen darauf aufmerksam, dass wir bei unseren Bildungs-Highlights Fotos für unsere Print- und Onlinemedien fertigen. Sollten Sie nicht mit der Veröffentlichung einverstanden sein, machen Sie den Fotografen vor Ort bitte rechtzeitig darauf aufmerksam.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Einganges bearbeitet. Nach Meldeschluss erhalten die Teilnehmer Einladungen oder (bei zu geringer Meldezahl) Absagen.

**ACHTUNG: Bereits seit Januar 2020 erfolgen die Einladungen für BTFB-Kurse nicht mehr per Brief sondern per E-Mail – geben Sie daher bei der Meldung unbedingt eine gültige Mailadresse an, auf der wir Sie auch persönlich erreichen. Vereinsmailadressen sind dafür nicht immer geeignet!**

Unsere Terminplanung haben wir so gründlich wie möglich vorgenommen. Trotzdem ist es nicht ausgeschlossen, dass die genannten Termine, insbesondere der Ausbildungen, mit Zusendung der Einladung ggf. korrigiert werden müssen.

### Gebühren und Stornierungen

Die Kursgebühren sind bei Anmeldung in Form eines Lastschriftmandats zu entrichten. Teilnehmer ohne GymCard zahlen den Normalpreis. Erläuterungen zur GymCard finden Sie weiter unten.

Die Absage der Teilnahme an einer Veranstaltung sollte rechtzeitig und schriftlich an die GYM-Akademie erfolgen.

**Stornoregelungen BTFB:** wird ein angemeldeter Kurs nach Meldeschluss storniert, so beträgt die Stornierungsgebühr 50% der Kurskosten – maximal 20,00 €. Erfolgt die Stornierung

## INHALT

Kontakte und Meldungen	4
Der Weg zur Lizenz	5

### Kursprogramm



Fitness und Gesundheitssport	6
Wettkampfsport	11
Kinderturnen	17



Fitness und Gesundheitssport	22
Wettkampfsport	22

Termine und Veranstaltungen	31
-----------------------------	----

am ersten Lehrgangstag oder wird ein Lehrgang nicht angetreten, muss die gesamte Lehrgangsgebühr berechnet werden. Dies gilt auch bei nachträglicher Einreichung ärztlicher Atteste.

**Stornoregelungen MTB:** Bei einer Abmeldung bis 14 Tage vor Maßnahmebeginn (Tag des Maileingangs/Datum des Poststempels) wird keine Bearbeitungsgebühr erhoben. Danach wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 20 Prozent der Lehrgangsgebühr, mindestens aber 5,50 € erhoben. Erfolgt die Stornierung am ersten Lehrgangstag oder wird ein Lehrgang nicht angetreten, muss die gesamte Lehrgangsgebühr berechnet werden.

Ausführliche AGB finden Sie auf den Webseiten von BTFB und MTB im Bereich Akademie/Bildung.

### GymCard-Regelung

Für Inhaber einer GymCard gelten gesonderte Preise für viele Bildungsangebote.

Bitte geben Sie bei Inanspruchnahme dieser Konditionen auf jeden Fall Ihre GymCard-Nummer an. Falls nicht explizit ausgewiesen, ist mit Ihrer GymCard nur die namentlich auf Sie ausgestellte und bereits aktivierte Card gemeint.

Rabattierungen oder gar Erstattungen auf Grund nachträglich beantragter GymCards sind nicht möglich.

**GYMCARD-HOTLINE: 01805 49 62 273**

## DER WEG ZUR LIZENZ

### 1. Lizenzstufe

Zum Erwerb einer Lizenz der 1. Lizenzstufe müssen folgende Kriterien erfüllt sein:

- Mindestalter 16 Jahre
- Zugehörigkeit oder Anmeldung über einen Verein von MTB/BTFB/DTB oder DOSB
- Erste-Hilfe-Kurs – nicht älter als 2 Jahre.
- Vollständige Teilnahme an der Ausbildung und erfolgreiche Absolvierung der theoretischen und praktischen Lernerfolgskontrollen.
- Unterzeichnung des DOSB-Ehrenkodex
- Externe Teilnehmer können die Ausbildungsgänge besuchen, erhalten abschließend aber nur eine Teilnahmebescheinigung.

### 2. Lizenzstufe

Auf der Basis einer 1. Lizenzstufe und ausreichender Praxis im Vereinssport (ca. ein Jahr mit Nachweis durch den Verein) erhält man nach einer mindestens 60 UE umfassenden Ausbildung (mit anschließender Prüfung) die 2. Lizenzstufe mit entsprechendem Schwerpunktprofil.

### Lizenzsystem

Die Lizenzen werden als zweiseitiges Dokument in A4 ausgestellt. Die Lizenzverlängerung sollte bevorzugt papierlos erfolgen. Dazu werden die von Ihnen per E-Mail eingesandten Fortbildungsnachweise im Verband geprüft und die verlängerte Lizenz anschließend als

PDF-Datei per Mail an Sie versendet. Einige Profilenames wurden aufgrund der Neuordnung des Lizenzsystems geändert – beispielsweise gibt es keine Fachübungsleiterlizenzen mehr.

### Weiterführende Ausbildungen

Sie finden in unserem Programm auch weiterführende Ausbildungen – z.B. Rehasportausbildungen – welche das Vorhandensein einer 1. Lizenzstufe oder vergleichbare Ausbildungen mit entsprechendem Profil voraussetzen. Bitte liefern Sie bei der Anmeldung die Belege mit, um Rückfragen zu vermeiden.

### Änderungen im Lizenzsystem

Im Januar 2017 trat das vom DOSB überarbeitete neue Lizenzsystem in Kraft. Zu den Neuerungen gehören: ein neues Lizenzlayout, neue Lizenznummern, z.T. geänderte Profile sowie ein neuer Verlängerungs- und Neuausstellungsweg.

Nunmehr werden die Lizenzen als zweiseitiges Dokument in A4 ausgestellt und erhalten eine neue Lizenznummer. Ein Passbild ist bei den neuen Lizenzen nicht mehr vorgesehen und auch nicht erforderlich.

Die Lizenzverlängerung sollte papierlos erfolgen. Dazu werden die von Ihnen per E-Mail eingesandten Fortbildungsnachweise im Verband geprüft und die verlängerte Lizenz anschließend als PDF-Datei per Mail an Sie versendet.

Einige Profilenames wurden aufgrund der Neuordnung des Lizenzsystems geändert – beispielsweise gibt es keine Fachübungsleiterlizenzen mehr.

### Lizenzverlängerungen

Es werden benötigt: 15 Lerneinheiten Fortbildung, davon sollten mindestens 10 LE Praxis bei BTFB oder MTB absolviert werden.

Fachliche Fortbildungen für Leistungssportlizenzen dürfen nur in dem jeweiligen Fachgebiet der Lizenz durchgeführt werden.

Zur Verlängerung/Wiederbelebung abgelaufener Lizenzen sind folgende Fortbildungsstunden nachzuweisen:

- zwei Jahre nach Ablauf: 30 LE
- drei bis 5 Jahre nach Ablauf: 60 LE

Mehr als 5 Jahre nach Ablauf ist die Ausbildung neu zu absolvieren.

Die Lizenzen sollten ausschließlich im letzten Quartal ihrer Gültigkeit eingereicht werden.

Sollten Sie diese Zeiträume nicht einhalten, verkürzen Sie die Lizenzlaufzeit, da nur noch zum Ende des laufenden Quartals verlängert werden kann.

Beantragen Sie Lizenzverlängerungen bitte ausschliesslich per Mail. Falls Sie doch den Postweg wählen, senden Sie bitte keine Originale der Kursbescheinigungen oder Lizenzen.

# BTFB-Expertenservice

Auch 2024 für Sie geschaltet: Unsere Beratungstelefone. Nutzen Sie die Möglichkeiten der kostenlosen Beratung zu ausgewählten Themen in Ihrer Vereinsarbeit. Unsere Telefonbetreuer sind kompetent, da sie auf ihren Gebieten jahrelange Erfahrung und Kenntnisse besitzen.

### Sportstätten, Vereinsbau- förderprogramm



**Michael Schenk**  
Vereinsgeschäftsführer  
030 89779712

### Zusammenarbeit mit Krankenkassen im Reha- und Präventionssport



**Sabine Knappe**  
Diplom-Reha-Pädagogin  
030 233209988

### Öffentlichkeitsarbeit



**Sonja Schmeißer**  
Journalistin  
030 5088922

### Kinderschutz- beauftragte



**Nicole Gressner**  
kinderschutzbeauftragte  
@btfb.de  
0307879 4512

### Vereinsbesteuerung



**Roland Schubert**  
Steuerberater  
030 3009380

### Datenschutzbeauftragter



**Jurij Robel**  
dsb@btfb.de  
030 78794518

### Ihre Service-Nummern beim BTFB

Projekte  
030 78794511

Gym-Akademie  
030 78794516/18

JtfO/ Schulwettkämpfe  
030 78794513

Wettkämpfe/ Jugendarbeit  
030 78794512

Verwaltung/ Öffentlichkeitsarbeit  
030 78794521

Vermietung/ Tickets  
030 78794519



## KURSPROGRAMM

### FITNESS & GESUNDHEITSSPORT

#### Januar

##### BTFB 101

#### Mobility online

In diesem Online-Seminar wird - angefangen von der Darstellung der theoretischen Grundlagen bis hin zu praktischen Mitmachangeboten - das Spektrum des Beweglichkeitstrainings dargestellt. Hier geht es nicht nur um passives Zuhören, sondern auch um Ausprobieren und Erfühlen. Etwas Platz vor dem Bildschirm ist dabei natürlich von Vorteil!

**Termin:** 25. Januar 2024  
**Zeit:** 18.00 – 21.00 Uhr  
**Ort:** Online  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcard-Preis:** 18,00 €  
**Dozentin:** Marlies Marktscheffel  
**LE:** 4  
**Meldeschluss:** 10. Januar 2024

#### Februar

##### BTFB 102

#### Pflichtmodul Rehasport I



Seit 2012 bietet der BTFB in Kooperation mit Rehasport Deutschland e.V. Unterstützung bei der Einrichtung von Reha-Gruppen mit Krankenkassenanerkennung an. In diesem Workshop wird dazu das nötige Hintergrundwissen in Bezug auf die organisatorischen Abläufe, Voraussetzungen und Perspektiven vermittelt. Zugleich gilt dieser Kurs bei vollständiger Teilnahme als Pflichtseminar für die Anerkennung durch die Kassen.

ANMERKUNG: Auf Grund der großen Nachfrage bieten wir die Pflichtmodule Rehasport zweimal an. Die Inhalte der Kurse I und II sind identisch.

**Termin:** 24. Februar 2024  
**Zeit:** 9.00 – 15.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Kosten:** 36,00 € (BTFB-Mitgliedsvereine) 80,00 € (Nichtmitglieder)  
**LE:** 8  
**Dozent:** Tom Mryka  
**Meldeschluss:** 10. Februar 2024

#### März

##### BTFB 103

#### Bauch Beine Beckenboden

Ein gezieltes Bewegungsprogramm kann vorbeugend wirken und ist unabdingbar für eine gute Körperhaltung. Durch seine Lage und Funktion nimmt gerade der Beckenboden bei Rücken- und Hüftschmerzen einen wichtigen unterstützenden und entlastenden Part ein.

Wir widmen uns diesem Thema intensiv in Theorie und Praxis.

**Termin:** 2. März 2024  
**Zeit:** 10.00 - 15.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 36,00 €  
**Gymcardpreis:** 27,00 €  
**LE:** 6  
**Dozentin:** Anke Bunse  
**Meldeschluss:** 20. Februar 2024

##### BTFB 104



#### DOSB-LIZENZAUSBILDUNG

#### 2. Lizenzstufe Rehasport Wirbelsäulenerkrankungen / Orthopädie

BTFB e.V. und RehaSport Deutschland e.V. bieten in Kooperation die Rehasport-Ausbildung nach den Richtlinien der BAR an. Nach erfolgreicher Ausbildung und Absolvieren eines Erste-Hilfe-Kurses (max. 4 Jahre alt) sowie dem Pflichtmodul Rehasport (welches separat zu buchen und zu zahlen ist) erhalten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Übungsleiterausweis Orthopädie des Rehasport Deutschland e.V. Dieser berechtigt zur Leitung von Rehasport-Gruppen im gesamten orthopädischen Spektrum. Mitglieder von DOSB-Mitgliedsvereinen erhalten darüber hinaus die B-Lizenz Rehasport Wirbelsäulenerkrankungen.

Der Lehrgang wird mit theoretischen und praktischen Lernerfolgskontrollen abgeschlossen.

TN-Voraussetzung: 1. Lizenzstufe (DOSB) oder ein sportwissenschaftlicher Abschluss oder eine vergleichbare Ausbildung auf Anfrage (Belege sind mit der Anmeldung einzureichen). Es wird vollständige Präsenz am gesamten Kurs vorausgesetzt - andernfalls erfolgt keine Zulassung zur Prüfung und somit keine Lizenzerteilung.

**Termine:** 02./03. März, 16./17. März  
 13./14. April, 04./05. Mai  
 jeweils 9.00-18.00 Uhr  
**Zeit:**  
**Ort:** 1. u. 2. Wochenende online  
 3. u. 4. WE: BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 750,00 € (Nichtmitglieder)  
 450,00 € (BTFB-/RSD-Mitglieder)  
**LE:** 90  
**Dozenten:** Maria Beetz, Anke Bunse, David Apostolov  
**Meldeschluss:** 20. Februar 2024

##### BTFB 105

#### Füße sind das Fundament – Der Rumpf die stabile Mitte

Differenzierung und Individualisierung ist das zentrale Thema bei der Bewegung mit Senioren. Es werden Übungen für die Mobilisierung und für die Erhaltung/Verbesserung der Kraft des Rumpfes und der Beine vorgestellt und vor allem Variationen mit diversen Materialien ausprobiert.

**Termin:** 16. März 2024  
**Zeit:** 10.00 – 15.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 36,00 €  
**Gymcard-Preis:** 27,00 €  
**Dozentin:** Marlies Marktscheffel  
**LE:** 6  
**Meldeschluss:** 01. März 2024

#### April

##### BTFB 106

#### Aerobic Mini-Basics

Von den Grundschritten bis zu den ersten asymmetrischen Aufbaumethoden ist hier alles drin. Zwei kleine praktische Stundenbilder, die Musik mit Bewegung harmonisch und dynamisch kombinieren und natürlich die Umsetzung des zu Erlernenden enorm erleichtern. Auch bestens zur Wiederauffrischung geeignet.

**Termin:** 20. April 2024  
**Zeit:** 10.00-13.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcardpreis:** 18,00 €  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Alexandra Birkholz  
**Meldeschluss:** 5. April 2024

##### BTFB 107

#### Body-Fit

Ein immerwährender Klassiker – das Training mit dem eigenen Körpergewicht. Wir werfen einen Blick auf die dringende Notwendigkeit des Könnens und vor allem auf die technisch feine Umsetzung. Denn das Ziel und die Individualität der Teilnehmer bestimmt den Weg.

**Termin:** 20. April 2024  
**Zeit:** 13.30-16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcardpreis:** 18,00 €  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Alexandra Birkholz  
**Meldeschluss:** 5. April 2024



**BTFB 108**
**Rückentraining mit dem Pezziball**

Das Pezziball Training ist ein gesundheitsorientiertes Ganzkörpertraining. Außerdem kannst du deine Kraft, deine Ausdauer, als auch deine Beweglichkeit verbessern. Durch die Instabilität, die bei den Übungen mit dem Ball erzeugt wird, werden tieferliegende Muskeln gekräftigt und stabilisiert. Zudem ist der Fitnessball nicht nur eine alternative Sitzgelegenheit, sondern auch ein perfektes Hilfsmittel für eine gute Haltungsschulung. Durch die Instabilität werden tiefe Muskeln aktiviert und somit eine gute Balance geschaffen - die perfekte Alternative für den permanent durch Bewegungsmangel und viel (Büro-)Sitzten gestressten Rücken! Wann und wie man den Ball am sinnvollsten einsetzt und welche Übungen am effektivsten wirken, erfahrt Ihr in diesem Kurs.

**Termin:** 27. April 2024  
**Zeit:** 10.00-13.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcardpreis:** 18,00 €  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Janika Weyer  
**Meldeschluss:** 10. April 2024

**BTFB 109**
**Fit over 60**

Sportliche Aktivitäten steigern die geistige und physische Fitness und das Wohlbefinden. Darüber hinaus wird der Gesundheitszustand stabilisiert und die Leistungsfähigkeit erhöht. Das Training sollte natürlich immer an die aktuelle körperliche Verfassung angepasst werden. In dieser Fortbildung geht es um gelenkschonende Übungen, die auf sanfte Weise die Ausdauer, Koordination und Kraft stärken und leicht zu erlernen sind bzw. den unkomplizierten Wiedereinstieg ermöglichen.

**Termin:** 27. April 2024  
**Zeit:** 13.30-16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcardpreis:** 18,00 €  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Janika Weyer  
**Meldeschluss:** 10. April 2024

**Mai**
**BTFB 110**
**Koordinationstraining**

Eine gute Koordination ermöglicht uns eine präzise und sichere Bewegungsausführung mit geringem Energieaufwand. Und die Bewegungsvielfalt schafft die Voraussetzung dafür, in verschiedenen Situationen angemessen reagieren zu können. Mit welchen Mitteln und über welche Wege man das Koordinati-



onsvermögen verbessern kann, ist Thema dieser Fortbildung. Hierzu werden unterschiedliche Koordinationsübungen mit und ohne Gerät zur Erwärmung, Kräftigung und Mobilisation vorgestellt. Die Praxiseinheiten bieten Ihnen viele Übungen, um Ihr Gymnastikprogramm mit mehr Abwechslung, größerer Wirkungsbreite und Cleverness zu gestalten.

**Termin:** 18. Mai 2024  
**Zeit:** 10.00 - 15.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 36,00 €  
**Gymcardpreis:** 27,00 €  
**LE:** 6  
**Dozent:** Frank Jürgens  
**Meldeschluss:** 3. Mai 2024

**Juni**
**BTFB 111**
**Funktionelles Training der Schulter**

Die Schulter ist ein interessanter Teil des menschlichen Körpers, der aber auch dazu neigt, „zickig“ zu reagieren, wenn er nicht gut behandelt wird. Die besondere Anatomie der Schulter erfordert ein sehr gut überlegtes und gesteuertes Training. Kräftigungsübungen werden mit Kleingeräten in der Gruppe geübt, die Übungsinhalte sind aber auch auf das stationäre Krafttraining übertragbar. Der Kom-

paktworkshop vermittelt ein vielseitiges Training, sensibilisiert für optimale Ausführung der Übungen und vermittelt verständlich die Anatomie des Schultertrakts.

**Termin:** 01. Juni 2024  
**Zeit:** 10.00 - 13.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcardpreis:** 18,00 €  
**LE:** 4  
**Dozent:** Daniel Koch  
**Meldeschluss:** 15. Mai 2024

**BTFB 112**
**Rückenfitness durch Achtsamkeit**

Rückenprobleme und Angewohnheiten sind eng miteinander verbunden. Bei diesem Workshop soll die individuelle Übungsausführung jedes Einzelnen beim Gruppentraining durch bewusste Ansteuerung optimiert werden. Durch Achtsamkeit und Selbstbewusstsein im eigentlichen Wortsinne wird der Rücken und die gesamte Statik so gleichmäßig gefordert, Überlastung und Unterforderung werden vermieden.

Ein alltagstaugliches Training für jedes Fitnesslevel!

**Termin:** 01. Juni 2024  
**Zeit:** 13.30 - 16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcardpreis:** 18,00 €  
**LE:** 4  
**Dozent:** Daniel Koch  
**Meldeschluss:** 15. Mai 2024

**BTFB 113**
**Gelöster Nacken -**
**Modernes Nackentraining**

Dieser Lehrgang widmet sich voll und ganz der Nackenpartie. Zu den Inhalten gehören sowohl feine und sanfte Bewegungsformen zur Mobilisation, Dehnung und Massage des Halswirbelsäulen-Schulter-Nacken-Bereichs, als auch spezielle und äußerst wirkungsvolle Übungsabläufe zur Kräftigung, Körperwahrnehmung und Haltungsschulung. Die verschiedenen Techniken bieten Abhilfe und zugleich einen hervorragenden Schutz gegen Nackenverspannungen. Lassen Sie es sich gut gehen und gönnen Sie sich und Ihrem Nacken Ruhe, Ausgeglichenheit und Entspannung.

**Termin:** 8. Juni 2024  
**Zeit:** 10.00 - 15.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 36,00 €  
**Gymcardpreis:** 27,00 €  
**LE:** 6  
**Dozent:** Frank Jürgens  
**Meldeschluss:** 20. Mai 2024


**BTFB 114**
**26. WORKSHOP GESUNDHEITSSPORT  
 Faszien-Spezial-Mix: Gebrauchsgegenstände als clevere Alternative**

Kreativ eingesetzt und ungewöhnlich ausgeführt, das sind die Zutaten dieses faszialen Fitnesscocktails. Mit wenig Aufwand bringen Alltagsmaterialien wie Handtücher, Putzlappen, Stäbe, Mattenrollen und Luftballons Schwung in das Training. Jede Menge neue Praxisideen bereichern das Kursleiterrepertoire und bieten Lösungen für unterschiedlichste Trainingsumgebungen, Konstitutionen und Altersgruppen. Ungewohnte Bewegungen fordern individuell dosiert die Koordination, den Ganzkörper-Krafteinsatz und eine flexible Geschmeidigkeit. Hier gibt es reichlich Übungen für motivierende Kurseinheiten, einen bewegten Alltag oder ein aktives Home-Office mit Spaß an Herausforderungen!

Die Dozentin Heike Oellerich ist Gründerin von FASZIO®, langjährige DTB-Ausbilderin und Referentin und Buchautorin.

Hinweis: der 26. Workshop Gesundheitssport wird in Kooperation mit der DTB-Akademie beim Bildungswerk des VTF Hamburg durchgeführt und vollumfänglich für die Verlängerung von DTB-Trainerzertifikaten anerkannt.



**Termin:** 15. Juni 2024  
**Zeit:** 9.00 - 16.00 Uhr  
**Ort:** SC Siemensstadt, Buolstr. 14, 13629 Berlin  
**Kosten:** 70,00 €  
**Gymcardpreis:** 50,00 €  
**LE:** 8  
**Dozentin:** Heike Oellerich  
**Meldeschluss:** 25. Mai 2024

**BTFB 115**
**Pilates flow**

Bei Pilates-Flow ist es das Ziel, die Pilates-Prinzipien in einen Bewegungsfluss zu bringen. Kraft und Beweglichkeit stehen dabei in direktem Bezug zur Lockerheit und Weichheit der Bewegung. Wir werden von einer Übung mühelos in die nächste gleiten, weiche Übergänge finden und in Verbindung mit der Musik den Körper bewegen.

Voraussetzung sind Pilates-Vorkenntnisse und/oder gute Beweglichkeit und Dehnfähigkeit.

**Termin:** 22. Juni 2024  
**Zeit:** 10.00 - 13.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcardpreis:** 18,00 €  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Marion Schömb's  
**Meldeschluss:** 25. Mai 2024

**BTFB 116**
**Elemente aus dem Yoga und Entspannung**

In diesem Kurs geht es darum, Elemente aus dem Yoga in deinen Kurs zu integrieren und Entspannungsübungen zum Abschluss als festen Bestandteil deinen Kursteilnehmern nahzubringen. Somit stärken wir die Fähigkeit zur Resilienz.

**Termin:** 22. Juni 2024  
**Zeit:** 13.30 - 16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcardpreis:** 18,00 €  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Marion Schömb's  
**Meldeschluss:** 25. Mai 2024

**BTFB 117**
**Was ist ENERGY DANCE®?**

In diesem Workshop lernst Du eine einzigartige, gymnastische Sportart kennen, die den ganzen Körper gesundheitssportlich umfassend und schwungvoll trainiert. Mit der ENERGY DANCE® eigenen Dynamic-Flow Methode kannst du kleinschrittig-fließend die Bewegungsabläufe unmittelbar so entwickeln, dass deine Teilnehmenden leicht folgen können. Diese Methode ermöglicht es dir und deinen Teilnehmenden ohne Takte zählen, ohne Choreografie und ohne plötzliche Bewegungswechsel ein umfassendes, ganzheitliches Körper- und Bewegungstraining zu erleben. Auch die abwechslungsreiche Musikauswahl verschiedener Stilrichtungen führt dazu, dass jede Stunde einzigartig ist. ENERGY DANCE® bietet dir eine bunte Vielfalt an positiven, gesundheitssportlichen Merk-



malen, die du in diesem Workshop erleben und erfahren kannst. Du erfährst in der Praxis, wie du dich diesem Angebot nähern und dein Warm-up bereichern kannst.

**Termin:** 23. Juni 2024  
**Zeit:** 10.00-16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 48,00 €  
**Gymcardpreis:** 36,00 €  
**LE:** 8  
**Dozent:** Uwe Kloss  
**Meldeschluss:** 8. Juni 2024

**Juli**
**BTFB 118**
**Mobility & Stretch**

Der Frage, warum der Körper Mobilität und somit eine gewisse Beweglichkeit braucht, um sich zu bewegen, gehen wir auf den Grund. Die wichtigsten Gelenke sowie deren umgebenden Strukturen (Bänder, Sehnen, Muskeln, Nerven) werden v.a. praktisch, aber auch theoretisch unter die Lupe genommen.

**Termin:** 14. Juli 2024  
**Zeit:** 10.00-15.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 36,00 €  
**Gymcardpreis:** 27,00 €  
**LE:** 6  
**Dozentin:** Alexandra Birkholz  
**Meldeschluss:** 1. Juli 2024

**September**
**BTFB 119**
**Pflichtmodul Rehasport II**


Seit 2012 bietet der BTFB in Kooperation mit Rehasport Deutschland e.V. Unterstützung bei der Einrichtung von Reha-Gruppen mit Krankenkassenanerkennung an. In diesem Workshop wird dazu das nötige Hintergrundwissen in Bezug auf die organisatorischen Abläufe, Voraussetzungen und Perspektiven vermittelt. Zugleich gilt dieser Kurs bei vollständiger Teilnahme als Pflichtseminar für die Anerkennung durch die Kassen.

ANMERKUNG: Auf Grund der großen Nachfrage bieten wir die Pflichtmodule Rehasport zweimal an.

Die Inhalte der Kurse I und II sind identisch.

**Termin:** 7. September 2024  
**Zeit:** 9.00-15.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Kosten:** 36,00 € (BTFB-Mitgliedsvereine)  
 80,00 € (Nichtmitglieder)  
**LE:** 8  
**Dozentin:** Sabine Knappe  
**Meldeschluss:** 20. August 2024



**BTFB 120**
**Rumpf ist Trumpf**

Von Turnvater Jahn über Joseph Pilates bis zu Klinsmann - sie alle erkannten die Rumpfstabilität als eine der essentiellen Trainingsmethoden an. Dies hat sowohl funktionelle als auch präventive Gründe. Eine gut trainierte Rumpfmuskulatur, oder Core Muskulatur genannt, kann nicht nur im (Spitzen)Sport vor Verletzungen schützen, sondern prinzipiell allen Menschen, ob jung oder alt dabei helfen, den alltäglichen Belastungen standzuhalten. In diesem Kurs beschäftigen wir uns sowohl mit der Anatomie der sogenannten Core Muskeln, als auch mit ihrer Funktion und deren Gebrauch im Alltag.

Wir klären, was mit Menschen passiert, die nicht ausreichend über Core Stabilität verfügen, welche Symptome und Krankheitsbilder typisch sind und wie jeder (!) dem gezielt entgegenwirken kann.

- Termin:** 15. September 2024  
**Zeit:** 10.00-14.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 30,00 Euro  
**Gymcardpreis:** 22,00 Euro  
**LE:** 5  
**Dozentin:** Katharina Bergmann-Rehberg  
**Meldeschluss:** 1. September 2024

**BTFB 121**
**Achtsamkeit und Entspannung**

Die Kunst einer gesunden und glücklichen Lebensführung besteht darin, beide Komponenten, Aktivität und Erholung, zu fördern und zwischen beiden Polen eine natürliche Balance herzustellen. Im Alltag sind zumeist Achtsamkeit und Phasen der Ruhe und Entspannung aktueller und gefragter denn je. In diesem Lehrgang können Sie sich daher dem eigenen Erleben verschiedener Achtsamkeits- und Entspannungsübungen voll und ganz hingeben. Ein wahrer Gewinn für all diejenigen, die den wunderschönen Zustand von innerer Ruhe, erholsamer Gelassenheit und tiefer Entspannung genießen möchten.

- Termin:** 21. September 2024  
**Zeit:** 10.00 - 15.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 36,00 €  
**Gymcardpreis:** 27,00 €  
**LE:** 6  
**Dozent:** Frank Jürgens  
**Meldeschluss:** 5. September 2024

**BTFB 122**
**Faszien – Fitness - Flow**

In diesem Seminar verschaffen wir uns zunächst einen Einblick in das Faszienetzwerk und in die neuen Erkenntnisse über dieses Körpersystem.

Welches sind gängige Methoden des Faszien-trainings und was kennzeichnet ein präventiv wirksames Faszientraining, das sich rhythmisch-dynamischer Bewegungsabläufe bedient? Die Antwort darauf erfahren wir durch die Praxis: Du lernst zunächst, mit welcher Qualität und Intensität Du einfache Bewegungsformen und -abläufe durchführen solltest, um wirksam wesentliche Leitbahnen des Faszienetzwerkes zu trainieren. Dies wird Deine eigene Unterrichts-praxis bereichern. Danach werden wir mit der ENERGY DANCE® Methode ein umfassendes, fasziales Bewegungstraining mit Musik erleben, dass die zuvor vermittelten Bewegungen fließend miteinander verbindet. So werden die Erkenntnisse aus der Faszienforschung optimal in die Praxis umgesetzt und in ein gesundheitssportliches Bewegungsangebot integriert. Insgesamt lernst Du in diesem Seminar ein einzigartiges Verfahren kennen, das bei faszialem Training Freude, Wohlgefühl und Flow bewirkt.

- Termin:** 22. September 2024  
**Zeit:** 10.00-16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 48,00 €  
**Gymcardpreis:** 36,00 €  
**LE:** 8  
**Dozent:** Uwe Kloss  
**Meldeschluss:** 5. September 2024

Der BTFB präsentiert

# HIGHLIGHTS

im Sportkalender

[btfb.de](https://btfb.de)

16./17.02.2024

**Kinderschutz-Sport-Konferenz**

21.-23.03.2024

**Internationaler Junior Team Cup**

15.-18.10.2024

**Turnen in der Schule und Kita**

23./24.02.2024

**Berlin Team Masters**

01.06.2024

**BTFB-Forum Bewegungshorizonte**

29.11.-01.12.2024

**GYMWELT-Kongress**

09.03.2024

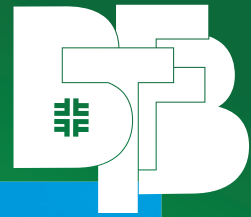
**Berliner Amateursport-Preis**

06.07.2024

**It's Showtime**  
Landesfinale TuJu Stars. Rendezvous der Besten

26.01.2025

**Feuerwerk der Turnkunst**



# Kinderschutz- Sport-Konferenz

vom Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund



Samstag, 17. Februar 2024  
 von 9:00 bis 18:30 Uhr  
 Infos & Anmeldung 



**Gesund bewegen -  
mehr erleben**

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

## Redondo® Ball

- vielseitig verwendbar
- leicht, weich, faltbar und robust
- viele verschiedene Größen



## Dynair® Ballkissen® Senso®

- das Original - vom Erfinder des Ballkissen®
- 2 in 1 - beidseitig verwendbar
- viele verschiedene Größen



## Actiball® Relax

in drei Größen erhältlich



## TOGU® Flexvit® Mini Band

in drei Stärken erhältlich



## TOGU® Jumper®



## Oktober

### BTFB 123

#### Bauch- und Rückentraining - ein starkes Duo

Im Mittelpunkt dieses Lehrganges stehen funktionelle Übungen zur muskulären Kräftigung und Dehnung der Bauch- und Rückenmuskulatur. Den Teilnehmenden wird ein abwechslungsreiches und umfassendes Übungsrepertoire im Sinne der Gesundheitsförderung präsentiert. Dabei werden sowohl Kenntnisse hinsichtlich der Technik, Progression und Variation als auch die theoretischen Hintergründe hinsichtlich der Funktionalität und einer sinnvollen Übungsgestaltung beleuchtet.

**Termin:** 12. Oktober 2024

**Zeit:** 10.00 - 15.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 36,00 €

**Gymcardpreis:** 27,00 €

**LE:** 6

**Dozent:** Frank Jürgens

**Meldeschluss:** 25. September 2024

### BTFB 124

#### Step Mini-Basics

Grundschriffe, leichte Choreographien und der faszinierende symmetrische Aufbau der Step-Aerobic lassen uns staunen, schwitzen, verstehen und lernen umzusetzen. Das nötige Musikgefühl bringt ihr mit. Starkes Cueing gibt's vor Ort.

**Termin:** 13. Oktober 2024

**Zeit:** 10.00-15.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 36,00 €

**Gymcardpreis:** 27,00 €

**LE:** 6

**Dozentin:** Alexandra Birkholz

**Meldeschluss:** 1. Oktober 2024



## Dezember

### BTFB 125

#### Arbeit mit Triggerpunkten

In diesem Kurs geht es darum, wie Fehlhaltungen, muskuläre Dysbalancen und Schmerzen, verursacht durch Triggerpunkte analysiert und gelöst werden können. Der Ansatz dabei ist: - Lernen, die Körperhaltung und Bewegungsmuster zu analysieren – zu zeigen, wie sie gemeinsam Blockaden und Triggerpunkte lösen können – eine Auswahl von gezielten Beweglichkeits- und Dehnübungen bezogen auf die jeweilige körperliche Einschränkung vorzustellen.

**Termin:** 14. Dezember 2024

**Zeit:** 10.00-14.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 30,00 Euro

**Gymcardpreis:** 22,00 Euro

**LE:** 5

**Dozentin:** Katharina Bergmann-Rehberg

**Meldeschluss:** 25. November 2024

**Weitere Bildungsangebote des MTB im 2. Teil des Heftes!**

## Wettkampfsport

### Januar

### BTFB 201

#### C-Lizenz-Ausbildung – KaRi Gerätturnen weiblich

Dieser Lehrgang bildet Kampfrichterinnen und Kampfrichter für das Wertes für Übungen der modifizierten Kür aus (LK-Stufen). Vorausgesetzt wird die D-Lizenz und somit Allgemeine Regelungen, Abzüge und die Berechnung der E-Note. Weitere Voraussetzung ist das Beherrschen der Kürzel- bzw. Symbolschrift und des Mitschreibens von Übungen. Beides wird nicht explizit im Kurs geübt (Diese Fähigkeiten können bspw. im Selbststudium oder in einer KaRi-Fortbildung vorab erarbeitet werden).

Im Vorfeld dieser Ausbildung müssen alle Teilnehmenden nach den DTB-Richtlinien für Kampfrichter- und Kampfrichterinnenausbildungen zwei Online Kurse des Deutschen Turnerbundes zu den Themen sexualisierte Gewalt und Kinderschutz absolvieren und den Ehrenkodex unterschrieben zum Tag 1 mitbringen.

Nachfolgend die Links zu den beiden Kursen:

a) Thema Prävention sexualisierter Gewalt

<https://e-learning.dtb-online.de/salto/module/sportpaedagogik/psg/>

b) Thema Ehrenkodex

<https://e-learning.dtb-online.de/salto/module/sportpaedagogik/ehrenkodex/>

Der Ehrenkodex ist im Onlinekurs zum Ausdrucken enthalten. Den Zeitaufwand für die Kurse müssen Sie mit jeweils ca. 60 Minuten kalkulieren. Inhalte der C-Lizenz-Ausbildung sind die Wertungsvorschriften der modifizierten Kür einschließlich allgemeiner Bestimmungen, Bestimmung der E-Note und Errechnung der D-Note in der modifizierten Kür (analog zum C\*-Lehrgang des MTB).

Nach vollständiger Teilnahme an allen Kursteilen und erfolgreicher praktischer und theoretischer Prüfung wird die C-Lizenz vergeben, die zum Einsatz bei Wettkämpfen mit LK-Stufen berechtigt.

BITTE BEACHTEN: Meldungen machen nur Sinn, wenn vollständige Teilnahme gesichert ist. Es sind keine Ausweich- oder Nachholtermine organisierbar!

#### Termine/Zeiten:

19.01.2024, 17.00-20.30 Uhr

20.01.2024, 09.00-16.30 Uhr

21.01.2024, 09.00-16.30 Uhr

25.02.2024 09.00-15.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 130,00 €

**Gymcard-Preis:** 100,00 € (gilt auch bei Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)

**Dozentin:** Ronja Mocker

**LE:** 30

**Meldeschluss:** 10. Januar 2024

**GYMWELT KONGRESS**  
**29.11.-01.12**  
**2024**

Ausschreibung und  
 Anmeldung ab 15.08.2024  
**www.btfb.de**



**BTFB 101****Mobility online**

In diesem Online-Seminar wird angefangen von der Darstellung der theoretischen Grundlagen bis hin zu praktischen Mitmachangeboten das Spektrum des Beweglichkeitstrainings dargestellt. Hier geht es nicht nur um passives Zuhören sondern auch um Ausprobieren und Erfühlen. Etwas Platz vor dem Bildschirm ist dabei natürlich von Vorteil!

**Termin:** 25. Januar 2024  
**Zeit:** 18.00 – 21.00 Uhr  
**Ort:** Online  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcard-Preis:** 18,00 €  
**Dozentin:** Marlies Marktscheffel  
**LE:** 4  
**Meldeschluss:** 10. Januar 2024

**Kari C Rhythmische Sportgymnastik – 26.-28. Januar 2024**

MTB und BTFB planen vom 26. bis 28. Januar 2024 eine gemeinsame Ausbildung für Kampfrichterinnen C in der RSG. Details dazu im MTB-Teil des Akademieprogramms auf Seite 22 / Kurs 2402. Meldungen hierbei ausschließlich an den MTB über das DTB-Gymnet. Im Vorfeld dieser Ausbildung müssen alle Teilnehmenden nach den DTB-Richtlinien für Kampfrichter- und Kampfrichterinnenausbildungen zwei Online Kurse des Deutschen Turnerbundes zu den Themen sexualisierte Gewalt und Kinderschutz absolvieren und den Ehrenkodex unterschrieben zum Tag 1 mitbringen. Details dazu finden Sie in der Ausschreibung zu Kurs BTFB 201.

**Februar****BTFB 202****DOSB-LIZENZAUSBILDUNG****Trainer/Trainerin C Gerätturnen - Breitensport**

Die Lizenzausbildung Gerätturnen Breitensport befähigt die künftigen Trainer und Trainerinnen zur Entwicklung turnerischer Grundlagen bei ihren Turnerinnen und Turnern in der Einheit von Fähigkeitsförderung und Fertigkeitentwicklung mit der Zielrichtung Breitensport. Es werden die Basiselemente des Gerätturnens von Rollen über Handstand, Überschläge bis Saltobewegungen Grundschwünge an den Geräten und gymnastisch-choreografische Basics entwickelt. Besonderes Augenmerk wird auf die Herausbildung der Leistungsvoraussetzungen (Athletik, Beweglichkeit, koordinative Fähigkeiten) gelegt. Eine Einführung in das Kampfrichterwesen ist ebenfalls Bestandteil der Ausbildung. Die Ausbildung wird in Kombination von fachlichem und theoretischem Teil angeboten.

Anmerkung: Überfachlicher und fachlicher Teil sind separat buchbar (z.B. bei Vorhandensein oder Anstreben einer Lizenz mit anderem Profil – Kostensplit dann: 160,00 Euro für den überfachlichen Teil / 260,00 Euro fachlicher Teil (jeweils bei Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein) – ohne Mitgliedschaft 25% Aufschlag.

**Termine/Zeiten:**

Überfachlicher Teil  
 15.02. – 17.30-22.00 Uhr  
 17.02. – 15.00-19.30 Uhr  
 18.02. – 11.00-15.30 Uhr  
 22.02. – 17.30-22.00 Uhr  
 24.02. – 16.00-20.30 Uhr  
 02.03. – 15.00-19.30 Uhr  
 03.03. – 11.00-15.30 Uhr

Klausur/Einführung fachlicher Teil  
 06.03. – 18.00-21.00 Uhr

**Fachlicher Teil**

15.03. – 18.00-21.00 Uhr  
 16.03. – 10.00-16.00 Uhr  
 17.03. – 11.30-16.00 Uhr  
 22.03. – 17.30-22.00 Uhr  
 12.04. – 17.30-22.00 Uhr  
 13.04. – 15.00-19.30 Uhr  
 14.04. – 10.00-16.00 Uhr  
 20.04. – 15.00-19.30 Uhr  
 21.04. – 11.30-16.00 Uhr  
 26.04. – 18.30-20.00 Uhr Klausur  
 04.05. – 15.00-20.15 Uhr Lehrproben  
 05.05. – 11.00-16.15 Uhr Lehrproben

(Planänderungen vorbehalten)

**Ort:** BTFB - Voralberger Damm 39, 12157 Berlin u.a.  
**Kosten:** 540,00 €  
**Gymcardpreis:** 420,00 € (gilt auch bei Mitgliedschaft in einem BTFB-Mitgliedsverein)  
**LE:** 120  
**Dozenten:** Karl-Heinz Haby / Mirko Gleisberg u.a.  
**Meldeschluss:** 30. Januar 2024

**Anmerkung:**

bei ausreichendem Interesse der Teilnehmenden bieten wir ein Upgrade der Ausbildung zum Profil Trainer C Gerätturnen Leistungssport an. Umfang: 1 zusätzliches Ausbildungswochenende.

**Termin** 11./12. Mai 2024  
 Hospitationseinsätze und eine schriftliche Ausarbeitung. Mehrkosten 60,00 €  
 - Mindest-TN-Anzahl: 6

**BTFB 203B****B/C-Lizenz-Ausbildung – KaRi Gerätturnen männlich**

Nach vollständiger Teilnahme an allen Kursen und erfolgreicher praktischer und theoretischer Prüfung wird die C-Lizenz vergeben, die zum Einsatz bei Wettkämpfen mit LK-Stufen berechtigt.

Nach dem erfolgreichen Absolvieren der B-Lizenz Prüfung sind die Kampfrichter befähigt, im Breitensport auf nationaler Ebene (bspw. Deutschland-Pokal, Deutsche Mehrkampfteilmeisterschaften, Bundes-Pokal), sowie beim Turn-Talent-Schul-Pokal im Leistungssport zu werten.

Im Vorfeld dieser Ausbildung müssen alle Teilnehmenden nach den DTB-Richtlinien für Kampfrichter- und Kampfrichterinnenausbildungen zwei Online Kurse des Deutschen Turnerbundes zu den Themen sexualisierte Gewalt und Kinderschutz absolvieren und den Ehrenkodex unterschrieben zum Tag 1 mitbringen. Details dazu finden Sie in der Ausschreibung zu Kurs BTFB201.

BITTE BEACHTEN: Meldungen machen nur Sinn, wenn vollständige Teilnahme gesichert ist. Es sind keine Ausweich- oder Nachholtermine organisierbar!

**Termine:** 23.02.2024, 17.00-22.00 Uhr  
 24.02.2024, 09.00-17.00 Uhr  
 09.03.2024, 09.00-14.00 Uhr

**Ort:** Sportforum, Fritz-Lesch-Straße 29, 13053 Berlin

**Kosten:** 100,00 €  
**Gymcard-Preis:** 80,00 € (gilt auch bei Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)

**Dozenten:** Dirk Fischer, Brian Gladow  
**LE:** 22  
**Meldeschluss:** 05. Februar 2024

## März

### BTFB 204

#### Bewegungsfehler im Gerätturnen erkennen, analysieren und korrigieren

Das Erkennen von Bewegungsfehlern ist ein grundlegendes Handwerkszeug für die Tätigkeit als Trainer bzw. Trainerin. Nach dem Erkennen folgt als nächste Stufe die Analysierung der Fehler. Dazu gehört das Finden der Ursachen und das entsprechende Ableiten der Korrekturen. Im Erfolg der weiteren Übungsversuche erkennt man nun, ob seine Fehleranalyse und Korrektur von Erfolg gekrönt sind. Viele Beispiele verdeutlichen die theoretischen Grundsätze.

**Termin:** 1. März 2024  
**Zeit:** 17.30-21.15 Uhr  
**Ort:** online  
**Kosten:** 30,00 €  
**Gymcard-Preis:** 22,00 €  
**Dozent:** Karl-Heinz Haby  
**LE:** 5  
**Meldeschluss:** 15. Februar 2024

### BTFB 205

#### Leistungsvoraussetzungen, Körperlagen und -positionen und warum der Handstand elementar ist

Alles schon gehört? Wahrscheinlich ja, aber was bedeutet es? Es werden die Begrifflichkeiten geklärt, praktisch erarbeitet und warum diese so wichtig sind.

**Termin:** 3. März 2024  
**Zeit:** 10.00 – 16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 48,00 €  
**Gymcard-Preis:** 34,00 €  
**Dozent:** Mirko Gleisberg  
**LE:** 8  
**Meldeschluss:** 20. Februar 2024

### BTFB 206F

#### Trainerfortbildung/ KaRi-B-Ausbildung in der Gymnastik

Im Kurs wird eine Kombination von Trainerfortbildung und Kampfrichter-B-Ausbildung in der Gymnastik angeboten. Die Neuerungen in den Wertungsvorschriften werden dabei natürlich berücksichtigt.

Für die Fortbildung ist die Teilnahme am Samstag ausreichend. Teilnehmende für die Kampfrichterausbildung müssen an beiden Tagen teilnehmen. Bei der Meldung bitte die Zusatzbuchstaben F für Fortbildung / A für Ausbildung mit angeben.

Im Vorfeld dieser Ausbildung müssen alle Teilnehmenden nach den DTB-Richtlinien für Kampfrichter- und Kampfrichterinnenausbildungen zwei Online-Kurse des Deutschen Turnerbundes zu den Themen sexualisierte Gewalt und Kinderschutz absolvieren und den

Ehrenkodex unterschrieben zum Tag 1 mitbringen. Details dazu finden Sie in der Ausschreibung zu Kurs BTFB201.

**Termine:** 9. März 2024 (Fortbildung)  
 9./10. März 2024 (KaRi-B-Ausbildung)  
**Zeiten:** jeweils 10.00 – 18.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 60,00 € (F) / 120,00 € (A)  
**Gymcard-Preis:** 45,00 € (F) / 80,00 € (A) – es gilt auch die Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein.  
**Dozentin:** Katrin Einofski  
**LE:** 10 / 20  
**Meldeschluss:** 25. Februar 2024

### BTFB 302

#### Kinderturn-Sonntag 2024

4 Workshops zum Thema Turnen & 4 Workshops im Bereich Kinderturnen  
 Ausführliche Beschreibung dazu im Kinderturnabschnitt des Akademieprogramms  
**Termin:** 17. März 2024  
**Zeit:** 09.45 – 17.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 55,00 €  
**Gymcard-Preis:** 40,00 €  
**LE:** 8  
**Meldeschluss:** 1. März 2024

## April

### BTFB 207

#### Bewertung am Sprung – KaRi Gerätturnen weiblich

Der Sprung ist im Turnen wohl eines der anspruchsvollsten Geräte in der Bewertung. In Sekundenschnelle muss das Kampfrichter über Anerkennung und Güte des gezeigten Elementes entscheiden. Nur den Versiertesten gelingt es, über einen langen Wettkampf mit ähnlichen Sprüngen eine klare Linie zu halten und eine gerechte Differenzierung zu wahren. In diesem Lehrgang wird das Verständnis für die gerätspezifischen Abzüge geschult und anhand von Videobeispielen eingehend geübt. Bist Du schon ein Sprungexperte? Zeit wird's! Diese Fortbildung kann zur Verlängerung von Kari-C-Lizenzen genutzt werden.

**Termin:** 13. April 2024  
**Zeit:** 10.00 – 13.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcard-Preis:** 18,00 € (gilt auch bei Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Ronja Mocker  
**Meldeschluss:** 1. April 2024



### BTFB 208

#### Technik und Bewertung von gymnastischen Elementen am Balken und Boden KaRi Gerätturnen weiblich

Kaum eine Elementegruppe im Turnen war in den vergangenen Jahrzehnten wohl so vielen Veränderungen in den Bewertungsrichtlinien unterworfen wie die Gruppe der gymnastischen Elemente an Balken und Boden. Bist Du auf dem neuesten Stand? In dieser Fortbildung stehen die aktuellen Regeln zur Anerkennung im Mittelpunkt ebenso wie die spezifischen Abzüge für die Ausführung. Die Anwendung wird dabei im Kurs direkt an Videobeispielen geübt. Diese Fortbildung kann zur Verlängerung von Kari-C-Lizenzen genutzt werden und lohnt sich auch für Trainer und Trainerinnen, die die Gymnastik ihrer Turnerinnen auf das nächste Level bringen wollen.

**Termin:** 13. April 2024  
**Zeit:** 13.30 – 16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcard-Preis:** 18,00 € (gilt auch bei Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Ronja Mocker  
**Meldeschluss:** 1. April 2024

### BTFB 209

#### Akrobatische Elemente am Boden

Hier beschäftigen wir uns mit der Fehleranalyse /-korrektur. Außerdem wird anhand praktischer Beispiele erklärt, wie diese Elemente vorbereitet werden.

**Termin:** 28. April 2024  
**Zeit:** 10.00 – 16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 48,00 €  
**Gymcard-Preis:** 34,00 €  
**Dozent:** Mirko Gleisberg  
**LE:** 8  
**Meldeschluss:** 13. April 2024



## Mai

### BTFB 210

#### Trainerassistentin/Trainerassistent Kinder- und Jugendturnen

Zielgruppe dieser Ausbildung sind die 13–16-jährigen Helfer und Helferinnen aus den allgemeinen Kinder- und Jugendturngruppen, die nicht in erster Linie wettkampforientiert trainieren. Schwerpunkte sind die Themen: Helfen und Sichern, Geräteaufbauten, Geräte- und Übungslandschaften, Einzelgeräte, einfache turnerische Elemente (stützen, springen, rollen...), Eltern-Kind- und Kleinkinderturnen, kleine Spiele, Gymnastik, Aufwärmen, entspannen, Rhythmische Sportgymnastik, Trampolinspringen. Altersabweichungen sollten vor der Meldung geklärt werden (akademie@btfb.de).

**Termine:** 25./26. Mai, 1./2. Juni, 8./9. Juni 2024

**Zeiten:** jeweils 10.00–16.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 240,00 Euro

**Gymcard-Preis:** 140,00 Euro (es gilt auch die Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)

**LE:** 40

**Dozentin:** Katrin Einofski u.a.

**Meldeschluss:** 10. Mai 2024

## Juni

### BTFB 211

#### Der Barren als methodisches Gerät für Stütz-, Schwung- und Kippbewegungen (GTm/GTw)

Hier wird aufgezeigt, wie mit Hilfe des Parallelbarren grundlegende Bewegungen im Gerätturnen für „ALLE“ Geräte vorbereitet und erlernt werden können.

**Termin:** 16. Juni 2024

**Zeit:** 10.00–16.30 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 48,00 €

**Gymcard-Preis:** 34,00 €

**Dozent:** Mirko Gleisberg

**LE:** 8

**Meldeschluss:** 1. Juni 2024

### BTFB 212

#### Die Angst vor dem Schwebebalken und die innere Kamera

In diesem Kurs geht es um zwei eng zusammenhängende Themen. Zum Einen, Vertrauen zu diesem schmalen Angstgerät Balken aufzubauen, auf dem auch noch schwierige Turnelemente gefordert werden. Der Workshop zeigt u.a., wie ein Spannungs- und Aufwärmtraining auf dem Balken aussehen kann und wie wir ihn vielseitig in unser Training integrieren. Außerdem thematisiert der Kurs, wie wir das Selbstvertrauen und die Orientierung der Turn-

nerinnen auf dem Balken fördern. Dabei spielt das Körpergefühl eine herausragende Rolle. Komplexes Training bildet die kleineren Muskeln aus und fördert das Zusammenspiel verschiedener Muskelgruppen - eine essentielle Fähigkeit beim Turnen. Um diese Vorgänge aktiv beeinflussen zu können, trainieren wir im 2. Teil des Kurses unsere innere Kamera: Wir lernen Strategien, mit denen wir die Verbindungen verschiedener Muskelgruppen besser wahrnehmen und bewusster ansteuern können. Ein umfassendes Bild von unserem Inneren hilft uns dabei, neue Bewegungsabläufe leichter zu erschließen. Außerdem setzt der Workshop Impulse, wie Trainer und Trainerinnen mit ihrem Feedback an die Turner und Turnerinnen die Ausbildung der inneren Kamera unterstützen können.

**Termin:** 29. Juni 2024

**Zeit:** 11.00 – 16.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 36,00 €

**Gymcard-Preis:** 27,00 €

**Dozentin:** Julia Förster

**LE:** 6

**Meldeschluss:** 13. Juni 2024

## September

### BTFB 213

#### Üben mit Respekt

Leistung mit Respekt, Kinderschutz, Schutz für Trainer und Trainerinnen, Aufsichtspflicht, Inklusion u.v.a. sind Themen die plötzlich behandelt und umgesetzt werden sollen. Was verstehen wir im Sport unter Respekt? Fairplay oder ist es mehr? In diesem Online-Seminar werden verschiedene Themen beleuchtet und besprochen.

**Termin:** 12. September 2024

**Zeit:** 18.00 – 21.00 Uhr

**Ort:** online

**Kosten:** 24,00 €

**Gymcard-Preis:** 18,00 €

**Dozentin:** Marlies Marktscheffel

**LE:** 4

**Meldeschluss:** 25. August 2024

### BTFB 214

#### Theoretisches Wissen im Turnen? Es lebe die Praxis und Theorie bringt nichts!

In diesem Kurs wird in der Halle aufgezeigt, wie theoretische Grundlagen und praktische Umsetzungen zusammenhängen und es Sinn macht, sich mit der Theorie zu beschäftigen.

**Termin:** 15. September 2024

**Zeit:** 10.00 – 16.30 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 48,00 €

**Gymcard-Preis:** 34,00 €

**Dozent:** Mirko Gleisberg

**LE:** 8

**Meldeschluss:** 1. September 2024

### BTFB 215

#### D-Lizenz-Ausbildung – KaRi Gerätturnen weiblich

Dieser Lehrgang ist die erste Stufe des Kampfrichterwesens und richtet sich demnach an Einsteiger in diesem Bereich des Turnsports. Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse des Turnens und ein Interesse an einer gerechten Bewertung unserer Sportart. Lehrgangsschwerpunkte sind allgemeine Regelungen für Turnerinnen, Trainer und Trainerinnen, Kampfrichter und Kampfrichterinnen sowie die Fehlerabzüge, die Grundlage jeden Wertens sind. Dies wird anhand der P-Stufen vermittelt. Im Vorfeld dieser Ausbildung müssen alle Teilnehmenden nach den DTB-Richtlinien für Kampfrichter- und Kampfrichterinnenausbildungen zwei Online Kurse des Deutschen Turnerbundes zu den Themen sexualisierte Gewalt und Kinderschutz absolvieren und den Ehrenkodex unterschrieben zum Tag 1 mitbringen. Details dazu finden Sie in der Ausschreibung zu Kurs BTFB201.

Nach vollständiger Teilnahme an allen Kursen und erfolgreich bestandener praktischer und theoretischer Prüfung wird die D-Lizenz vergeben, die zum Kampfrichtereinsatz bei Wettkämpfen von Pflichtübungen (P-Stufen) berechtigt. Die D-Lizenz ist zudem Voraussetzung für die Teilnahme an der weiterführenden Ausbildung, die zur Erlangung der C-Lizenz (bzw. der C\*-Lizenz des MTBs) führt!

Mindestalter für die Teilnahme: 14 Jahre  
BITTE BEACHTEN: Meldungen machen nur Sinn, wenn vollständige Teilnahme gesichert ist. Es sind keine Ausweich- oder Nachholtermine organisierbar!

#### Termine/

**Zeiten:** 20.09.2024

17.00 bis 20.30 Uhr

21.09.2024,

09.00 bis 14.30 Uhr

22.09.2024,

09.00 bis 14.30 Uhr

29.09.2024,

09.00 bis 10.30 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 100,00 €

**Gymcard-Preis:** 75,00 € (es gilt auch die Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)

**Dozentinnen:** Nadine Buß, Cora Sachs

**LE:** 20

**Meldeschluss:** 5. September 2024

### BTFB 216

#### Mitschrift und Kürzel – KaRi Gerätturnen weiblich

In dieser Fortbildung werden die Grundlagen für die Kurzzeichen der Elemente gelegt sowie Fertigkeiten zur Übungsmitschrift aufgefrischt und vertieft. Hierbei sind Herleitungen und



WELTWEIT GRÖSSTES  
NACHWUCHSTURNIER DER  
GERÄTTURNER



# INTERNATIONALER JUNIOR TEAM CUP 2024



Freitag, 22. März  
**TEAMWETTKÄMPFE**  
Samstag, 23. März  
**GERÄTFINALS**

Scan for Tickets



**SPORTFORUM BERLIN**  
Große Sporthalle | Weißenseer Weg 53

Foto: Luis Lemhart (TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V. - GER) © sportfotos-berlin.de | Foto Berlin: © Marco 2011 - Fotolia.com | Design: Hartko Grafik







Eselbrücken zur Kurzschrift ebenso Teil wie das ausgiebige Üben der Übungsmitschrift anhand von Videobeispielen. Das Beherrschen der Übungsmitschrift mittels Kurzschrift ist elementar für den Erwerb der Kampfrichterlizenz C und höher sowie die sichere Ermittlung der D-Noten in Kür- und LK-Stufen-Wettkämpfen. Diese Fortbildung kann zur Verlängerung von Kampfrichter-C-Lizenzen oder in Vorbereitung auf die C-Lizenz-Kari-Ausbildung genutzt werden.

**Termin:** 28. September 2024  
**Zeit:** 10.00 – 13.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcard-Preis:** 18,00 € (gilt auch bei Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Ronja Mocker  
**Meldeschluss:** 10. September 2024

#### BTFB 217

##### D-Note berechnen – KaRi Gerätturnen weiblich

In dieser Fortbildung stehen die Regelungen zur Ermittlung der D-Note im Mittelpunkt. Neben der Auffrischung von vorhandenem Wissen, wird dessen Anwendung bei der Bestimmung von Schwierigkeitswerten sowie Anerkennung von Wertigkeiten und Kompositionsanforderungen ausgiebig an Videobeispielen geübt. Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs sind Kenntnisse zu Mitschriften bei Übungen mit Kurzschrift (Empfehlung: Besuch des Kurses Mitschrift und Kürzel – KaRi Gerätturnen weiblich). Diese Fortbildung kann zur Verlängerung von Kari-C-Lizenzen genutzt werden.

**Termin:** 28. September 2024  
**Zeit:** 13.30 – 16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcard-Preis:** 18,00 € (gilt auch bei Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)  
**LE:** 4  
**Dozentin:** Ronja Mocker  
**Meldeschluss:** 10. September

#### BTFB 218

##### Turnen im Team – am Boden, Minitrampolin und Co.

Gemeinsam zu turnen macht viel Spaß, und wenn alles noch mit Musik unterlegt wird umso mehr.

Bei diesem Lehrgang vermitteln wir einfache turnerische Choreographien am Boden und zeigen wie man im Team Minitrampolin springen kann. Fließendes Bodenturnen mit Rädern und Überschlügen ergänzen den Lehrgangsumfang. Dieses alles in ein Reglement „ge-



gossen“, so sind wir bei der turnerischen Wettkampfform „TeamGym - easy Start“. Mit den Grundlagen aus der P3 und P4 seid ihr bestens dabei und habt eine Alternative zum Gerätturnen, was euer Training bereichert. Freut euch auf einen Schnuppereinstieg. Mit dieser Wettkampfform könnt ihr mit eurem Team auch beim Turnfest 2025 in Leipzig dabei sein.

**Termin:** 29. September 2024  
**Zeit:** 10.00 – 14.00 Uhr  
**Ort:** Anne-Frank-Grundschule, Paulstr. 20 C, 10557 Berlin  
**Kosten:** 30,00 €  
**Gymcard-Preis:** 22,00 €  
**Dozent:** Rudi Päckert  
**LE:** 5  
**Meldeschluss:** 15. September 2024

#### Oktober

## 26. Fachtagung

### Turnen in der Schule

**15.10.2024 - 17.10.2024**

**Ausschreibung und  
Anmeldung ab 15.08.2024**

**www.btfb.de**



#### November

#### BTFB 219

##### Minitrampolin im Sportunterricht

Vom Hüpfen bis zum freien Überschlag (Salto) werden Geräteaufbau und -sicherung, methodische Schritte, Hilfestellungen, Variationen und Gefahren aufgezeigt. Nach Absolvieren des Kurses erhalten die Teilnehmenden das Zertifikat zur Befähigung des Übens am Minitrampolin gemäß Auflage/Forderung der Senatsschulverwaltung. Der Kurs ist natürlich auch offen für alle, die sich mit den Minitramp-Basics vertraut machen wollen.

**Termin:** 23./24. November 2024  
**Zeit:** Samstag: 15.00 - 19.00 Uhr;  
 Sonntag: 10.00 - 14.00 Uhr  
**Ort:** Turnhalle Wutzkyallee 68, 12353 Berlin Zugang über Feuerwehreinfahrt Walter-Frank-Zeile.

**Kosten:** 60,00 € **Gymcardpreis:** 45,00 €  
**LE:** 10  
**Dozenten:** Marlies Marktscheffel, Karl-Heinz Haby  
**Meldeschluss:** 1. November 2024

#### Dezember

#### BTFB 220

##### Trainingslehre – Anwendungen im Gerätturnen

In der Trainingslehre werden die motorischen Grundfähigkeiten Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit thematisiert. Welche inhaltlichen Aspekte man davon im Training für das Gerätturnen benötigt und anwenden kann, behandelt dieser Workshop. Viele praktische Trainingsbeispiele werden basierend auf den Grundlagen der Trainingslehre vorgestellt und erörtert.

**Termin:** 6. Dezember 2024  
**Zeit:** 17.30-21.15 Uhr  
**Ort:** online  
**Kosten:** 30,00 € **Gymcardpreis:** 22,00 €  
**Dozentin:** Karl-Heinz Haby  
**LE:** 5  
**Meldeschluss:** 20. November 2024

#### BTFB 221

##### Stufenbarren – Flieger und Co. – ist es wirklich so schwer?

Es wird geübt und geübt und das Element will einfach nicht klappen. Wir beschäftigen uns mit dem warum und zeigen Wege auf, das Ziel zu erreichen.

**Termin:** 8. Dezember 2024  
**Zeit:** 10.00 – 16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 48,00 € **Gymcardpreis:** 34,00 €  
**Dozent:** Mirko Gleisberg  
**LE:** 8  
**Meldeschluss:** 25. November 2024



# Kinderturn-Sonntag 2024



## **BTFB 302**

### **Kinderturn-Sonntag 2024**

**Termin:** Sonntag, 17. März 2024  
**Zeit:** 09.45 – 17.00 Uhr  
**Ort:** Anne-Frank-Grundschule,  
Paulstr. 20 C, 10557 Berlin  
**Kosten:** 55,00 €  
**Gymcard-Preis:** 40,00 €  
**LE:** 8  
**Meldeschluss:** 1. März 2024

### **ZEITPLANUNG UND PROGRAMM**

#### **9.45 Uhr**

#### **Eröffnung**

#### **10.00–11.30 Uhr**

#### **WS 11 - Spiel, Sport und Spaß mit Gymnastikreifen und Ringen**

*Ina Tetzner*

Der Gymnastikreifen als typisches Handgerät eröffnet vielfältige Möglichkeiten des Einsatzes in der Gymnastik, beim Spielen, Erwärmen oder in der Partnerarbeit. Wir nehmen uns die Zeit, das Gerät kennenzulernen und werden merken, wieviel Spaß es macht, damit umzugehen und wie gleichzeitig die Auge-Hand-Koordination gefordert und gefördert wird.

#### **WS 12 – Einstieg in das Balkenturnen**

*Marlies Marktscheffel*

Hier geht es um die Basics beim Balkenturnen – Balancetraining – Balkengewöhnung – erste Schritte bis hin zu kleinen Sprüngen, Drehungen und Rolle werden thematisiert.

11.45–13.15 Uhr

#### **WS 21 – Mit Keiki Kids in Bewegung bringen**

*Ina Tetzner*

In diesem Kurs geht es um das Maskottchen der Berliner Turnjugend und wie man damit Kinder in Bewegung bringen kann.

#### **WS 22 – Barren als methodisches Gerät**

*Marlies Marktscheffel*

Wie kann ich den Barren zur Entwicklung wichtiger konditioneller und koordinativer Fähigkeiten nutzen z.B. der Kraftentwicklung und welche methodischen Schritte kann man gehen, um zu Kehre und Wende zu kommen? Antworten gibt es hier.

13.45–15.15 Uhr

#### **WS 31 – Übungen zur Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit**

*Miriam Leonhardt*

In diesem Workshop erlebt ihr praktische Beispiele zur Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit, um abwechslungsreiche Sporteinheiten in das Kinderturnen zu integrieren. Der Fokus liegt hierbei auf den Übungen, um sie dann vereinfacht für die Turn-Kinder aufzubereiten.

#### **WS 32 – Mit und ohne Trainerhilfe...**

*Rudi Päckert*

Anstehen und warten vor dem Turngerät ist out. Wir zeigen Zusatzstationen, die nebenbei die Kinder ohne Trainerhilfe selbstständig durchführen können. Auch einige Turnelemente lassen sich ohne Hilfe des Trainers in der turnerischen Entwicklung durchführen, sei es im Lernprozess oder bei der Schaffung von Leistungsvoraussetzungen wie Kraft und Beweglichkeit.

15.30–17.00 Uhr

#### **WS 41 – Übungen zum Stützen, Hängen und Klettern**

*Miriam Leonhardt*

Wir bewegen uns zu verschiedenen Übungen zum Stützen, Hängen und Klettern, um unsere Wahrnehmungsbereiche des Körpers zu intensivieren. Hierbei kann methodisch vielseitig gearbeitet werden.

#### **WS 42 – Grätsche - Hocke - Bücke und mehr**

*Rudi Päckert*

Wir schauen uns an, wie man methodisch zu verschiedenen Sprungvarianten kommt. Das Ganze wird natürlich auch mit Schwerpunktsetzung auf Anlauf, Ein- und Absprung bis hin zur Landung unterfüttert. Bis zur Erarbeitung des Überschlags am Sprung werden wir in den 90 Minuten nicht kommen. Die Grundlagen dafür werden aber geschaffen.

*Bitte bei der Meldung Nr. oder Titel der Wunsch-Workshops angeben*





## Kinderturnen

### Februar

#### BTFB 301

##### DOSB-Lizenzausbildung Übungsleiter/Übungsleiter im Kinderturnen

Mit dieser Ausbildung auf der 1. Lizenzstufe möchten wir das breite Spektrum des Kinderturnens in einer Ausbildung bedienen. Der Schwerpunkt wird auf die Förderung und Weiterentwicklung der Fach-, Methoden- und Sozialkompetenz der Übungsleitenden gelegt. Dementsprechend werden folgende Ziele formuliert: Die Übungsleiter sollen Inhalte des Kleinkinder- und Kinderturnens bis zum Turnen an und mit Geräten kennenlernen, analysieren und begründen können. Sie sollen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten bei der Gestaltung von Angeboten im Freizeit- und Breitensport mit Kindern erwerben.

##### Termine:

GRUNDKURS

16. / 17. / 18. / 24. / 25. Februar 2024

01. / 02. / 03. März 2024

12. April 2024 Prüfung

AUFBAUKURS

13. / 14. / 27. / 28. April 2024

25. / 26. Mai 2024

02. und 15. Juni 2024

22. / 23. Juni 2024 Lehrproben

**Zeiten:** Sa./So., 10.00–16.30 Uhr

wochentags, 18.00–22.00 Uhr

##### Ort:

BTFB, Voralberger Damm 39, 12157

Berlin

Turnhalle Helmholtz-OS,

Wutzkyallee 68, 12353 Berlin

**Kosten:** 585,00 €

**Gymcardpreis:** 455,00 € (es gilt auch die Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)

**LE:** 130

**Dozentinnen:** Marlies Marktscheffel /

Ina Tetzner / Miriam Leonhardt

**Meldeschluss:** 31. Januar 2024

### März

#### BTFB 302

##### Kinderturn-Sonntag 2024

**Termin:** Sonntag, 17. März 2024

**Zeit:** 09.45 – 17.00 Uhr

**Ort:** Anne-Frank-Grundschule,  
Paulstr. 20 C, 10557 Berlin

**Kosten:** 55,00 €

**Gymcard-Preis:** 40,00 €

**LE:** 8

**Meldeschluss:** 1. März 2024

ZEITPLANUNG UND PROGRAMM

siehe vorherige Seite!

### April

#### BTFB 303

##### Back to Basics – mit Spaß und Unterstützung durch die Turnhalle

Hebt die Schätze! Kreativität und Variationen sind der Kern des Turnens, auch wenn Wettkampfprogramme und Schulturnen etwas anderes vermuten lassen. Doch wir wissen es besser! Lasst uns ausprobieren, was Bank, Kasten und Sprossenwand zu bieten haben.

Auch die oftmals verstaubten Geräte Keule und Zauberschnur eröffnen tolle Möglichkeiten für Bewegungserfahrungen, Koordinationstraining und Materialkompetenz. Es lohnt sich, sie aus dem Geräteraum heraus zu kramen, den Staub abzuwischen und diese „Schätze“ in der Turnstunde einzusetzen. Keine Angst vorm Muff. Nur die Vielfalt gewinnt!

Die Inhalte sind so gestaltet, dass sie für Kinder von 5–12 Jahren geeignet sind.

Weil wir gemeinsam mehr bewegen können, wird die Gewinnung von Helfer und Helferinnen ein zusätzliches Thema an diesem Fortbildungstag sein. Wie findet man Unterstützung? Was hat sich bewährt, um ein Team zu bilden und wie überzeugt man die Geschäftsführung des Vereins davon, dass man Geld für Helfer und Helferinnen und deren Fortbildung braucht? Wir werden uns dazu austauschen und voneinander lernen. Teilt eure Erfahrungen mit uns...und jetzt einfach schnell zum Kurs anmelden!

**Termin:** 21. April 2024

**Zeit:** 10.00 – 16.30 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39,  
12157 Berlin

**Kosten:** 48,00 €

**Gymcard-Preis:** 36,00 €

**Dozent:** Kathrin Bischoff

**LE:** 8

**Meldeschluss:** 5. April 2024

#### BTFB 304

##### Bewegtes Lernen

Es ist bekannt, dass mit Bewegung die Hirnaktivität gesteigert wird und damit auch Lernprozesse beschleunigt werden. Wie das funktioniert und was man dafür tun kann wird hier dargestellt und ausprobiert.

**Termin:** 28. April 2024

**Zeit:** 10.00 – 13.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39,  
12157 Berlin

**Kosten:** 24,00 €

**Gymcard-Preis:** 18,00 €

**Dozent:** Steffi Isidorczyk

**LE:** 4

**Meldeschluss:** 13. April 2024

#### BTFB 305

##### Spiele zum Thema

##### Anspannung & Entspannung

Wir probieren Spielformen mit den beiden Polen Mobilisation und Aktivität zu erzeugen und dabei Gelassenheit / Ruhe zu finden. Lasst Euch überraschen...

(Bitte in warmer, bequemer Kleidung zum Kurs kommen)

**Termin:** 28. April 2024

**Zeit:** 13.30 – 16.30 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39,  
12157 Berlin

**Kosten:** 24,00 €

**Gymcard-Preis:** 18,00 €

**Dozent:** Steffi Isidorczyk

**LE:** 4

**Meldeschluss:** 13. April 2024



### Mai

#### BTFB 306

##### Kooperative Spiele

... nicht der Sieg des Einzelnen oder des Besten zählt, sondern das Meistern einer Aufgabe in der Gruppe. Nur in der Gruppe können verschiedene Ziele erreicht werden. Die kooperativen Spielideen dienen auch zu teambildenden Maßnahmen im Kindes- und Jugendalter, um sich kennenzulernen, oder auch um in der Gruppe zusammenzuwachsen. Verschiedene Spielideen erwarten euch.

**Termin:** 19. Mai 2024

**Zeit:** 10.00 – 14.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39,  
12157 Berlin

**Kosten:** 30,00 €

**Gymcard-Preis:** 22,00 €

**Dozent:** Nils Stolzenberg

**LE:** 5

**Meldeschluss:** 5. Mai 2024

**BTFB 210**
**Trainerassistent/Trainerassistentin im Kinder- und Jugendturnen**

Zielgruppe dieser Ausbildung sind die 13–16-jährigen Helfer und Helferinnen aus den allgemeinen Kinder- und Jugendturngruppen, die nicht in erster Linie wettkampforientiert trainieren. Schwerpunkte sind die Themen: Helfen und Sichern, Geräteaufbauten, Geräte- und Übungslandschaften, Einzelgeräte, einfache turnerische Elemente (stützen, springen, rollen...), Eltern-Kind- und Kleinkinderturnen, kleine Spiele, Gymnastik, Aufwärmen, entspannen, Rhythmische Sportgymnastik, Trampolinspringen.

Altersabweichungen sollten vor der Meldung geklärt werden (akademie@btfb.de).

**Termine:** 25./26. Mai, 1./2. Juni, 8./9. Juni 2024

**Zeiten:** jeweils 10.00 – 16.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 240,00 Euro

**Gymcard-Preis:** 140,00 Euro (es gilt auch die Mitgliedschaft in einem BTFB-Verein)

**LE:** 40

**Dozentin:** Katrin Einofski u.a.

**Meldeschluss:** 10. Mai 2024

**Juli**
**BTFB 307**
**Kindgerechte Bewegungsschulung**

Wir zeigen in Theorie und Praxis, welche Übungen und Fähigkeiten in welchem Alter sinnvoll einzusetzen sind. Unabhängig davon, dass man sich mit Kindern mit allen Materialien bewegen kann, geht es letztendlich darum, Fähigkeiten und Übungen entsprechend so anzubieten, dass eine größtmögliche koordinative Verbesserung erzielt werden kann. Wir werden versuchen, Gleichgewicht, Reaktion, Rhythmus und Orientierung anhand von Übungen und kleinen Spielen zu vertiefen. Der Spaß steht hier natürlich im Vordergrund.

**Termin:** 6. Juli 2024

**Zeit:** 9.00–12.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 24,00 Euro

**Gymcard-Preis:** 18,00 Euro

**LE:** 4

**Dozent:** Sascha Splettstößer

**Meldeschluss:** 20. Juni 2024

**BTFB 308**
**Rangeln und Raufen - Sascha Splettstößer**

Kinder und Jugendliche rangeln und raufen gern miteinander und zwar Jungen wie Mädchen. Eltern und Lehrer wissen oft nicht damit umzugehen. Könnten sich Kinder verletzen? Ist dies Ausdruck von aggressivem Verhalten?

Bevor wir solche wichtigen Bestandteile der Sozialisation verbieten, wollen wir in diesem Kurs lernen mit unterschiedlichen Angeboten altersentsprechend mit diesem Thema umzugehen!

**Termin:** 6. Juli 2024

**Zeit:** 12.30–15.30 Uhr

**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 24,00 Euro

**Gymcard-Preis:** 18,00 Euro

**LE:** 4

**Dozent:** Sascha Splettstößer

**Meldeschluss:** 20. Juni 2024

**September**
**BTFB213**
**Üben mit Respekt**

Leistung mit Respekt, Kinderschutz, Schutz für Trainer und Trainerinnen, Aufsichtspflicht, Inklusion u.v.a. sind Themen die plötzlich behandelt und umgesetzt werden sollen. Was verstehen wir im Sport unter Respekt? Fairplay oder ist es mehr? In diesem Online-Seminar werden verschiedene Themen beleuchtet und besprochen.

**Termin:** 12. September 2024

**Zeit:** 18.00 – 21.00 Uhr

**Ort:** online

**Kosten:** 24,00 €

**Gymcard-Preis:** 18,00 €

**Dozentin:** Marlies Marktscheffel

**LE:** 4

**Meldeschluss:** 25. August 2024

**BTFB 309**
**2. LIZENZSTUFE Gesundheitsförderung im Kinderturnen mit dem Schwerpunkt Kinder mit Übergewicht und Verhaltensauffälligkeiten (Präventionslizenz)**

Die Klagen über Bewegungs- und Gesundheitsauffälligkeiten von Kindern mehren sich stetig. Insbesondere Angebote für übergewichtige Kinder sowie die Integration von Kindern mit Verhaltensauffälligkeiten werden nachgefragt. Mit den Inhalten des Lehrgangs werden die erforderlichen Kenntnisse vermittelt sowie vielfältige Anregungen für die Praxis gegeben. Eine wichtige Grundlage für integrative Bewegungserziehung bietet der psychomotorische Ansatz sowie die Stärkung der personalen Schutzfaktoren, beides aktuelle Ansätze in der Gesundheitsförderung. Der Kurs schließt mit einer theoretischen und praktischen Prüfung ab.

Voraussetzung für die Lizenzerteilung auf der 2. Stufe ist der Nachweis einer Lizenz im Bereich Kinderturnen/Kindersport.

Teilnehmende ohne erste Lizenzstufe (z.B. Lehrer und Lehrerinnen, Erzieher und Erzieherinnen erhalten ein Zertifikat mit genauen Themenangaben.

**Termine:** 13., 14. und 15. September; 28. und 29. September; 12. und 13. Oktober; 09. November 2024

**Zeiten:** Freitag 18.00–22.00 – Samstag/Sonntag 10.00–16.30 Uhr (Änderungen vorbehalten)

**Orte:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin

Turnhalle Helmholtz Oberschule, Wutzkyallee 68, 12353 Berlin

**Kosten:** 270,00 €

**Gymcardpreis:** 210,00 € (gilt auch für Mitgliedsvereine des BTFB/LSB Berlin)

**LE:** 60

**Dozenten:** Marlies Marktscheffel u.a.

**Meldeschluss:** 1. September 2024

**BTFB 310**
**Zirkeltraining für das Turnen an Geräten**

Eure Turnkinder im Alter zwischen 6 und 12 Jahren wollen an die Geräte, um die ersten Elemente zu erlernen? Dafür sind Koordination und Kraft wichtige Voraussetzungen. Altersgerecht und breitensportorientiert werden an Stationen dazu verschiedene kleine Übungen vorgestellt, die man allein oder zu zweit, mit oder ohne Hilfsmittel absolvieren kann. Daraus können dann kleine Zirkel zusammengestellt werden, die das Training unterstützen und vielseitiger machen...alles kindgerecht und unter Berücksichtigung von Alter und Körpergröße.

**Termin:** 28. September 2024

**Zeit:** 10.00 – 14.00 Uhr

**Ort:** BTFB, Vorarlberger Damm 39, 12157 Berlin

**Kosten:** 30,00 €

**Gymcard-Preis:** 22,00 €

**Dozent:** Nils Stolzenberg

**LE:** 5

**Meldeschluss:** 10. September 2024







## Oktober

### BTFB 311

#### Motorische Grundtätigkeiten - Einstieg in die Bewegungsabläufe

Mit verschiedenen Bewegungsabläufen (Koordination und Kraft) können vielseitige Übungen ausprobiert werden, um für die Erwärmung, den Hauptteil und den Abschluss eine gelungene Turnstunde abwechslungsreich zu gestalten.

**Termin:** 5. Oktober 2024  
**Zeit:** 10.00 – 13.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 24,00 €  
**Gymcard-Preis:** 18,00 €  
**Dozentin:** Miriam Leonhardt  
**LE:** 4  
**Meldeschluss:** 20. September 2024

## November

### BTFB 312

#### Yoga für Kinder

Yoga für Kinder besteht aus einfachen Körperbewegungsspielen, Phantasiereisen und Rückenmassagen. In Spiele, Sprechversen, Lieder und Geschichten eingebettet, können Yogaübungen schon kleinen Kindern lustvoll vermittelt werden. Der Körper wird gekräftigt und gedehnt, dabei lernen die Kinder ihren Körper besser wahrzunehmen. Die Konzentration wird geschult, die Entspannung gefördert und das Selbstbewusstsein gestärkt. Neben den vielen positiven Wirkungen zur Gesunderhaltung des Körpers kann auch das Gruppenverhalten günstig beeinflusst werden. Kindgerechte Yogaübungseinheiten können gleich in den pädagogischen Alltag integriert werden.

**Termin:** 17. November 2024  
**Zeit:** 10.00 – 16.30.00 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 48,00 €  
**Gymcard-Preis:** 36,00 €  
**Dozentin:** Simone Gloeckner  
**LE:** 8  
**Meldeschluss:** 1. November 2024

### BTFB 313

#### Partnerakrobatik

Hier geht es um das kleine ABC in der Partnerakrobatik und darum, welche Übungen es ermöglichen, die nötige Spannung und das gegenseitige Vertrauen bei den Gruppenmitgliedern aufzubauen. Mit wenig Aufwand lassen sich beeindruckende Figuren darstellen und der Spaß ist garantiert.

**Termin:** 23. November 2024  
**Zeit:** 10.00 – 16.30 Uhr  
**Ort:** BTFB, Voralberger Damm 39, 12157 Berlin  
**Kosten:** 48,00 €  
**Gymcard-Preis:** 36,00 €  
**Dozentin:** Marlies Marktscheffel  
**LE:** 8  
**Meldeschluss:** 05. November 2024

## Dezember

### BTFB 314

#### Gerätturnen mit Kindern

Methodisch vielfältig sein, um möglichst vielen Kindern gerecht zu werden ist das Ziel im Kinderturnen. Dabei geht es nicht nur um die Basics, sondern auch um ein bisschen mehr. Es werden verschiedene Geräteaufbauten für das Reck- und Bodenturnen demonstriert und ausprobiert.

**Termin:** 8. Dezember 2024  
**Zeit:** 10.00 – 15.00 Uhr  
**Ort:** Turnhalle Helmholtz-OS, Wutzkyallee 68, 12353 Berlin  
**Kosten:** 36,00 €  
**Gymcard-Preis:** 27,00 €  
**Dozentin:** Marlies Marktscheffel  
**LE:** 6  
**Meldeschluss:** 10. November 2024

## 17. Fachtagung



### Turnen in der Kita 18.10.2024



Ausschreibung und  
Anmeldung ab 01.07.2024

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



Weitere Bildungs-  
angebote des MTB im  
2. Teil des Heftes!



# BILDUNGSPROGRAMM DES MÄRKISCHEN TURNERBUNDES BRANDENBURG

JETZT BUCHEN



[www.events.dtb-gymnet.de](http://www.events.dtb-gymnet.de)



## **Ansprechpartner Bildung**

Laura Löwe

Telefon: 0331 231806 -13

E-Mail: [laura.loewe@maerkischer-turnerbund.de](mailto:laura.loewe@maerkischer-turnerbund.de)

**FITNESS & GESUNDHEITSSPORT**

Anmerkung: Zur besseren Lesbarkeit wird im Folgenden das generische Maskulinum verwendet. Die verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich – sofern nicht anders kenntlich gemacht – auf alle Geschlechter.

**März****MTB 2101****Rücken-/Partnerzirkel**

In diesem Rücken-Zirkel geht es um Rumpfstabilität, Kräftigung der Bauch- und Rückenmuskulatur, sowie Beweglichkeit von Wirbelsäule und Hüftbeuger. Gemeinsam trainieren, sich anfeuern, Erfolgserlebnisse teilen und zusammen lachen, das sind Gründe Partnerstationen aufzubauen.

**Termin:** 02. März 2024

**Ort:** Sport- und Bildungszentrum Lindow, Granseer Str. 10, 16835 Lindow (Mark)

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

**Dozent:** Tanja Ade

**Anmeldung:** Dieser Workshop ist nur über unseren Brandenburger Sport- und Fitnesskongress im Gymnet buchbar.

**MTB 2301****Augen auf und Tanzen**

Tanzen-Lachen-Gemeinschaftsgefühl - abwechslungsreiche und einfache Choreografiebeispiele mit Tipps zu Raumwegen, Formationen und Ebenenwechsel. Tanz einfach mit und lass dich inspirieren.

**Termin:** 02. März 2024

**Ort:** Sport- und Bildungszentrum Lindow, Granseer Str. 10, 16835 Lindow (Mark)

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

**Dozent:** Tanja Ade

**Anmeldung:** Dieser Workshop ist nur über unseren Brandenburger Sport- und Fitnesskongress im Gymnet buchbar.

**MTB 3106****Fit mit dem Redondo Ball Plus**

Zuerst wahrnehmen, spüren und dann kräftigen. Ein Core-Training mit dem großen Redondo Ball Plus (Durchmesser 38 cm). Erlebe eine runde Stunde mit klassischen Workout-Übungen.

**Termin:** 03. März 2024

**Ort:** Sport- und Bildungszentrum Lindow, Granseer Str. 10, 16835 Lindow (Mark)

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

**Dozent:** Tanja Ade

**Anmeldung:** Dieser Workshop ist nur über unseren Brandenburger Sport- und Fitnesskongress im Gymnet buchbar.

**MTB 3206****Sturzprophylaxe**

Muskelfizite, Gleichgewichtsschwächen, Gangstörungen sind Risikoindikatoren bei Stürzen. Mit gezieltem Krafttraining, abwechslungsreichen Gleichgewichtsübungen, sensorischem und koordinativem Training - das auch Spaß macht, verbessern wir die intermuskuläre Koordination und die Alltagsfitness unserer Sportlerinnen und Sportler.

**Termin:** 03. März 2024

**Ort:** Sport- und Bildungszentrum Lindow, Granseer Str. 10, 16835 Lindow (Mark)

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

**Dozent:** Tanja Ade

**Anmeldung:** Dieser Workshop ist nur über unseren Brandenburger Sport- und Fitnesskongress im Gymnet buchbar.

**April****MTB 2401****Grundlehrgang eLearning und Präsenzteil**

Der Grundlehrgang dient der Vermittlung sportart- und zielgruppenübergreifender Inhalte und hat einen Umfang von 40 theoretischen und praktischen Lerneinheiten. Inhalte sind unter anderem die Themen Methodik und Didaktik, Physiologie, Anatomie und allgemeine Trainingslehre. In allgemeinen praktischen Einheiten wird das theoretische Wissen vertieft und angewendet.

Der Grundlehrgang bildet somit die inhaltliche Basis für alle daran anschließenden Fachlehrgänge der 1. Lizenzstufe (z. B. Trainer-C Gerätturnen, Trainer-C Trampolinturnen oder Übungsleiter-C Kinderturnen). Der erfolgreiche Abschluss berechtigt zur Teilnahme an allen vom MTB angebotenen Fachlehrgängen.

Hinweise:

- Für den eLearning-Teil wird der Zugang ab 02. Mai 2024 freigeschaltet und kann dann bis einen Tag vor Beginn des Präsenzteils (31. Mai 2024) bearbeitet werden.

- Es wird empfohlen, das Übernachtungsangebot mit Verpflegung zu buchen, da die Lehrgangstage am Freitag und Samstag bis abends andauern. Die Buchung ist über das Gymnet möglich.

**Start**

**eLearning:** ab 02. Mai 2024

**PräsenzteilLE:** 31. Mai 2024, 18:30–21:00 Uhr  
01. Juni 2024, 09:00–21:00 Uhr  
02. Juni 2024, 09:00–15:00 Uhr

**Ort:** Sport- und Erholungspark, 15344 Strausberg

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 40

**Dozenten:** MTB/MTJ-Referententeam

**Meldeschluss:** 19. April 2024

**WETTKAMPFSPORT**

Anmerkung: Zur besseren Lesbarkeit wird im Folgenden das generische Maskulinum verwendet. Die verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich – sofern nicht anders kenntlich gemacht – auf alle Geschlechter.

**Januar****MTB 2402****Kampfrichter C-Lizenz Ausbildung/Fortbildung mit B-Lizenz Fortbildung Rhythmische Sportgymnastik**

Der MTB veranstaltet gemeinsam mit dem BTFB einen Lehrgang zur Neuausbildung der Lizenzstufe C Kampfrichter Rhythmische Sportgymnastik. Dieser Lehrgang kann ebenfalls als Fortbildung für bereits vorhandene C- und B Lizenzstufe genutzt werden. Der Lehrgang wird in Teilen digital und in Präsenz in Potsdam/Berlin stattfinden. Die abschließende Lizenzprüfung erfolgt vor Ort. Ausbildungsinhalte sind nachfolgende Themen: Einführung in die Grundlagen des Kampfrichterwesens, allgemeine Bestimmungen der Wettkampfteilnehmer, technische Bestimmung, Einführung in unterschiedliche Wertungsbestandteile, die Symbolik der Technischen Schwierigkeiten sowie die Wertungsvorschriften Einzel und Gruppe: Theorie und Praktisches Werthen anhand Videos.

Um an diesem Lehrgang teilnehmen zu können, gelten folgende Voraussetzungen:

- Mindestalter 16 Jahre
- Vorerfahrung als Übungsleiterin RSG oder als aktive/ehemalige Gymnastin hilfreich

NEUE  
TRENDS  
ERLEBEN!

**VII.**

# BRANDENBURGER SPORT-UND FITNESS

## Kongress

MIT SPORTLEHRKRÄFTETAG

**01. - 03. MÄRZ 2024**  
**SPORT- UND  
BILDUNGSZENTRUM  
LINDOW/MARK**



LINDOW XPERIENCE  
NOX KONZEPTE

MIT DEM SMARTPHONE  
SCANNIEN UND GLEICH  
ANMELDEN



PARTNER:



Lindow  
SPORT-UND-BILDUNGSZENTRUM



UK BB  
Unfallkasse Brandenburg

SPORT-THEME  
Innovativ. Produktiv. Gemeinsam.

BENZ@SPORT



**JETZT ANMELDEN!**





- Eigenständiges Lesen der Einführung in den Code de Pointage bis Freitag, 26.01.2024, 17:00 Uhr ([https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/de\\_2022-2024%20RG%20Code%20of%20Points.pdf](https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/de_2022-2024%20RG%20Code%20of%20Points.pdf))
- Unterzeichnung Ehrenkodex Kampfrichter
- Absolvierung von zwei Online Kurse des Deutschen Turnerbundes zu den Themen sexualisierte Gewalt und Kinderschutz

**Termin:** 26.-28. Januar 2024

**Ort:** Freitag, 26. Januar 2024:  
17:00 - 20:00 Uhr  
Digital via Zoom

Samstag, 27. Januar 2024:  
09:30 - 19:00 Uhr  
Ort: Haus des Sports,  
Olympischer Weg 2,  
14476 Potsdam

Sonntag, 28. Januar 2024:  
10:00 - 16:00 Uhr  
Ort: Geschäftsstelle BTFB,  
Vorarlberger Damm 39,  
12157 Berlin

**Kosten:** weitere Informationen online  
**Lehreinheiten:** 20, inklusive schriftlicher Prüfung  
**Dozent:** Jana Fiedler, Sonja Kujawski  
**Meldeschluss:** 05. Januar 2024

#### MTB 2403

#### Ausbildung: Kampfrichter-C Gerätturnen männlich

Inhalt der Ausbildung sind die Bewertungsvorschriften der Leistungsklassen Kür modifiziert des DTB-Programms mit Schwerpunktsetzung auf die E-Note und Grundlagenvermittlung zur D-Note. Die Ausbildung umfasst 20 Lehreinheiten inklusive theoretischer und praktischer Prüfung.

Um an einer Ausbildung der Lizenzart C teilnehmen zu können, gelten folgende Voraussetzungen:

- gültige Kampfrichterlizenz der Lizenzart D wird dringend empfohlen
- Mindestalter von 14 Jahren

**Termin:** 27./28. Januar 2024

**Ort:** Bootshaus Zum Weißen Wehr  
1, 03130 Spremberg

**Kosten:** weitere Informationen online  
**Lehreinheiten:** 20, inklusive theoretischer und praktischer Prüfung

**Dozent:** Dietmar Taubert

**Meldeschluss:** 14. Januar 2024

### Februar

#### MTB 2404

#### Ausbildung: Kampfrichter-D Gerätturnen weiblich

Dieser Lehrgang richtet sich an Neueinsteiger in das Kampfrichterwesen. Inhalt sind die Bewertungsvorschriften der Pflichtübungen des DTB-Programms sowie die Vermittlung der Symbolschrift. Die Ausbildung umfasst 10 Lehreinheiten inklusive einer kurzen Prüfung. Um an einer Ausbildung der Lizenzart D teilnehmen zu können, gilt ein Mindestalter von 14 Jahren.

**Termin:** 17. Februar 2024,  
09:30 – 18:00 Uhr

**Ort:** Cottbus Sportzentrum,  
Seminarraum, Linné-Str. 4,  
03050 Cottbus

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 10

**Dozent:** Ina Elß

**Meldeschluss:** 11. Februar 2024

### März

#### MTB 2209

#### Eniführung Turn10

Das Erfolgsprogramm aus Österreich Turn10 wird vorgestellt und in den Grundzügen erläutert. Möglichkeiten für die Vereinsgestaltung und Gruppenkonzepte werden ergänzend vorgestellt.

**Termin:** 02. März 2024

**Ort:** Sport- und Bildungszentrum  
Lindow, Granseer Str. 10,  
16835 Lindow (Mark)

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

**Dozent:** Hardy Schweigel

**Anmeldung:** Dieser Workshop ist nur über unseren Brandenburger Sport- und Fitnesskongress im Gymnet buchbar.

### April

#### MTB 2405

#### Fortbildung Schnuppertag: Teamturnen

Schnuppert rein ins Teamturnen und lernt eine spannende Turnvariante in der Mannschaft kennen. Erlebt, wie Turnen an Boden, Tumblingbahn und Minitrampolin in kürzester Zeit in eine Wettkampfform gebracht werden können - vielleicht auch als tolle und sinnvolle Ergänzung fürs Wettkampfprogramm beim Turnfest 2025. Ihr lernt dabei die Basics des Pflicht- und Kürprogramms in Theorie und Praxis und seid am Ende des Tages für den Einstieg bestens gewappnet. Bringt eure Turner\*innen doch am besten gleich mit und seid gemeinsam dabei. Inhalt: Allgemeine Informationen zum Teamturnen/TeamGym, Theorie und Praxis

an den Geräten Boden, Tumbling, Minitrampolin

**Termin:** 14. April 2024

**Ort:** Sport- und Erholungspark,  
15344 Strausberg

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 6

**Dozent:** Jennifer Schneider

**Meldeschluss:** 31. März 2024

#### MTB 2406

#### Ausbildung: Kampfrichter-C Gerätturnen männlich

Inhalt der Ausbildung sind die Bewertungsvorschriften der Leistungsklassen Kür modifiziert des DTB-Programms mit Schwerpunktsetzung auf die E-Note und Grundlagenvermittlung zur D-Note. Die Ausbildung umfasst 20 Lehreinheiten inklusive theoretischer und praktischer Prüfung.

Um an einer Ausbildung der Lizenzart C teilnehmen zu können, gelten folgende Voraussetzungen:

- gültige Kampfrichterlizenz der Lizenzart D wird dringend empfohlen
- Mindestalter von 14 Jahren

**Termin:** 20./21. April 2024

**Ort:** Potsdam

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 20, inklusive theoretischer und praktischer Prüfung

**Dozent:** Dietmar Taubert

**Meldeschluss:** 07. April 2024

### September

#### MTB 2407

#### Ausbildung Trainer-C Gerätturnen

##### PROFIL BREITENSSPORT:

Die Trainer-C Gerätturnen sollen ein umfassendes Verständnis für gerätturntypische Bewegungsformen und Wettkampfsportangebote im Gerätturnen entwickeln. Sie werden die zur Durchführung eines solchen Vereinsangebotes notwendigen Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten erwerben. Mit Abschluss der Ausbildung sind sie in der Lage, ein qualifiziertes, allgemein gerätturnorientiertes Übungs- und Trainingsangebot im Verein eigenverantwortlich und selbständig planen und durchführen zu können. Sie werden gerätturntypische Wettbewerbs- und Wettkampfformen kennenlernen und in der Lage sein, ihre Zielgruppen dafür vorzubereiten. Zielgruppe dieser Vereinsangebote sind Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

##### PROFIL LEISTUNGSSPORT:

Die Tätigkeit der Trainer-C Leistungssport umfasst die Hinführung zum leistungsorientierten Training im Gerätturnen. Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung der Allgemeinen Grundlagenaus-

**pedalo**<sup>®</sup>  
seit 1963 Made in Germany

# CHALLENGER ARTIST

Der Fuß-Parcours verbessert die

- ✓ Greiffunktion der Zehen
- ✓ Hüftfunktionalität
- ✓ Körperstabilität und Gleichgewicht



Yoga



Rückentraining



Koordinatives Training



Erhalte 10% Rabatt bei einer Newsletter-Anmeldung

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

bildung im Nachwuchsleistungssport. Ziel ist die Entwicklung umfassender Leistungsvoraussetzungen, der erforderlichen Belastbarkeit und der turnerischen Wettkampfleistung. Bestandteil sind die technischen und athletischen Testprogramme sowie die Pflichtübungsfolgen des DTB-Nachwuchsprogramms. Zielgruppe der Ausbildung sind künftige Trainer der Landesstützpunkte, DTB-Turn-Talentschulen und leistungsorientiert arbeitenden Vereine.

Hinweise:

- Die 80 vielseitig und abwechslungsreich gestalteten Lehreinheiten beinhalten praktische und theoretische Anteile und eine theoretische und praktische Lernerfolgskontrolle.

- Für die Zulassungen zur Ausbildung gelten die Vorgaben der DTB-Ausbildungsordnung und der Nachweis der erfolgreichen Teilnahme an einem Grundlehrgang.

- Teilnahmevoraussetzungen: abgeschlossener Grundlehrgang, Mindestalter 16 Jahre zum Zeitpunkt der Lizenzerteilung, Erste-Hilfe-Kurs.

**Termin Teil 1:** 14./15. September 2024

**Termin Teil 2:** 12./13. Oktober 2024

**Termin Teil 3:** 09./10. November 2024

**Termin Teil 4:** 30. November/ 01. Dezember 2024

**Uhrzeiten:** jeweils samstags

09:00 – 20:30 Uhr und sonntags  
09:00 – 15:00 Uhr

**Ort:** Sport- und Erholungspark, 15344 Strausberg

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 80

**Dozenten:** MTB-/MTJ-Referententeam

**Meldeschluss:** 01. September 2024

### MTB 2408

**Ausbildung: Kampfrichter-C\* - Experten-Ausbildung - Gerätturnen weiblich**

Inhalt der Ausbildung sind die Bewertungsvorschriften der Leistungsklassen Kür modifiziert auf die D-Note. Ziel ist es, dass die Absolventen als Experten am Gerät eingesetzt werden. Die Ausbildung umfasst 14 Lehreinheiten inklusive theoretischer und praktischer Prüfung.

Um an einer Expertenausbildung teilnehmen zu können, gelten folgende Voraussetzungen:  
- gültige Kampfrichterlizenz der Lizenzart C  
- mindestens 2 Jahre Praxiserfahrung im Bereich Kür modifiziert als E-Kari  
- Mindestalter von 16 Jahren

**Termin:** 14. September 2024

**Ort:** Sport- und Erholungspark Strausberg, 15344 Strausberg

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 14, inklusive theoretischer und praktischer Prüfung

**Dozenten:** Annette Kuhlig,  
Jana Rathmann

**Meldeschluss:** 01. September 2024

## Oktober

### MTB 2409

**Basisschein Trampolinturnen Stufe I**

Ihr habt ein Trampolin im Verein oder in der Schule und benutzt es leider aktuell nicht? Dann nehmt doch an dieser Ausbildung teil und macht Euch (wieder) fit am Gerät!

Zum Erwerb des DTB-Basisscheins „Trampolin Stufe I“:

Diese richtet sich an Interessierte ab 14 Jahren und bietet einen Einstieg in die Vereinsarbeit. Der Umgang mit dem Trampolin und anwendungsorientierte Angebote im Trampolinturnen werden vermittelt. Inhalte sind Gerätekunde, Sicherheitsaspekte, Spielformen, Grundsprünge und die Sitzlandung. Die Ausbildung qualifiziert für eine unterstützende Tätigkeit sowohl im sportpraktischen als auch im überfachlichen Bereich und soll die Teilnehmer dazu motivieren, auch selbständige Aktivitäten zu entwickeln und durchzuführen. Die Teilnehmer nehmen aktiv am Lehrgang teil. Diese Veranstaltung kann zur Verlängerung von Lizenzen der 1. Lizenzstufe genutzt werden.

Teilnahmevoraussetzungen: Mindestalter 14 Jahre, gute allgemeine körperliche Fitness

**Termine:** 12. Oktober 2024,  
09:00–ca. 21:00 Uhr

13. Oktober 2024,  
09:00–ca. 15:00 Uhr

**Ort:** Sport- und Erholungspark Strausberg,  
15344 Strausberg

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 20

**Dozenten:** MTB-Referententeam

**Meldeschluss:** 29. September 2024

## November

### MTB 2410

**Ausbildung: Kampfrichter-D Gerätturnen weiblich**

Dieser Lehrgang richtet sich an Neueinsteiger in das Kampfrichterwesen. Inhalt sind die Bewertungsvorschriften der Pflichtübungen des DTB-Programms sowie die Vermittlung der Symbolschrift. Die Ausbildung umfasst 10 Lehreinheiten inklusive einer kurzen Prüfung. Um an einer Ausbildung der Lizenzart D teilnehmen zu können, gilt ein Mindestalter von 14 Jahren.

**Termin:** 09. November 2024

**Ort:** Sport- und Erholungspark Strausberg, 15344 Strausberg

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 10

**Dozent:** Annette Kuhlig

**Meldeschluss:** 27. Oktober 2024



### MTB 2411

**Ausbildung: Kampfrichter-D Gerätturnen männlich**

Dieser Lehrgang richtet sich an Neueinsteiger in das Kampfrichterwesen. Inhalt sind die Bewertungsvorschriften der Pflichtübungen des DTB-Programms sowie die Vermittlung der Symbolschrift. Die Ausbildung umfasst 10 Lehreinheiten inklusive einer kurzen Prüfung. Um an einer Ausbildung der Lizenzart D teilnehmen zu können, gilt ein Mindestalter von 14 Jahren.

**Termin:** 09. November 2024

**Ort:** Sport- und Erholungspark Strausberg, 15344 Strausberg

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 10

**Dozent:** Hardy Schweigel

**Meldeschluss:** 27. Oktober 2024

### MTB 2412

**Ausbildung: Kampfrichter-C\* - Experten-Ausbildung - Gerätturnen weiblich**

Inhalt der Ausbildung sind die Bewertungsvorschriften der Leistungsklassen Kür modifiziert auf die D-Note. Ziel ist es, dass die Absolventen als Experten am Gerät eingesetzt werden. Die Ausbildung umfasst 14 Lehreinheiten inklusive theoretischer und praktischer Prüfung. Um an einer Expertenausbildung teilnehmen zu können, gelten folgende Voraussetzungen:

- gültige Kampfrichterlizenz der Lizenzart C  
- mindestens 2 Jahre Praxiserfahrung im Bereich Kür modifiziert als E-Kari  
- Mindestalter von 16 Jahren

**Termin:** 23./24. November 2024

**Ort:** Gerätturnhalle am Luftschiffhafen, Olympischer Weg 8, 14471 Potsdam

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 20, inklusive theoretischer und praktischer Prüfung

**Dozenten:** Lea Westendorf, Vanessa Schwanke

**Meldeschluss:** 09. November 2024





## e-Learning Angebote

Anmerkung: Zur besseren Lesbarkeit wird im Folgenden das generische Maskulinum verwendet. Die verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich – sofern nicht anders kenntlich gemacht – auf alle Geschlechter.

### Digitale Fortbildung:

#### Kinderturnen

Diese Fortbildung stellt eine Zusammenfassung der wichtigen und aktuellen Themen rund ums Kinderturnen dar. Es werden Themenkomplex Kinderschutz vertieft und wichtige Maßnahmen zur Umsetzung in eurem Verein vorgestellt. Wir stellen vor, welche Möglichkeiten es gibt ein inklusives Vereinsangebot zu schaffen und wo ihr dafür Unterstützung findet.

Nach einem kurzen Rückblick bekommt ihr Inspirationen für eure Trainingsstunden, die ihr dann praktisch in eurem Verein umsetzen könnt.

**Termin:** ab 01. Januar 2024

**Ort:** mtb-gymakademie.de

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 15

### Digitale Fortbildung:

#### Inklusion im (Turn-)Verein

In der digitalen Fortbildung stellen wir dir umfangreiche Informationen zur Inklusion im (Turn-)Verein zur Verfügung, die dir und deinem Verein helfen sollen, wenn es um die Öffnung der Sportangebote geht. Insbesondere der Bereich Kinderturnen steht hier im Fokus. Wir stellen vor, was Inklusion eigentlich bedeutet und was das Projekt „Regionalliga Inklusion“ umfasst. Außerdem gibt es hilfreiche Tipps zur Umsetzung von inklusiven Angeboten im Verein (inkl. Best-Practice) und umfangreiche Informationen zu Förderprogrammen.

**Termin:** ab 01. Januar 2024

**Ort:** mtb-gymakademie.de

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

### Digitale Fortbildung:

#### Der Ehrenkodex und die DTB-Verhaltensregeln

Nach kurzer Einführung zum Thema und den im DTB und seinen Landesturnverbänden fest verankerten Programmen und Hilfsangeboten möchten wir euch für das Thema sensibilisieren und aufzeigen, wieviel Unterstützung man erhalten kann. Hierbei liegt das Augenmerk auf dem DTB-/DOSB-Ehrenkodex und der damit eng verbundenen Verhaltensweisen für z.B. Trainer und Übungsleiter im organisierten Sport. Der Ehrenkodex ist ein DTB-weit notwendiges Dokument, das zum Lizenzerwerb und auch bei Lizenzverlängerungen unterschrieben vorgewiesen werden muss. Die Ver-

haltensweisen ergänzen diesen um einige weitere Aspekte und geben u.a. den Vereinen eine einfache Möglichkeit, die Themen Prävention und Intervention nachhaltig lokal zu verankern und regelmäßig anzusprechen.

Abschließend geben wir einen Überblick über die verfügbaren Materialien und Unterlagen, die der DTB und auch andere Organisationen zur Verfügung stellen.

**Termin:** ab 01. Januar 2024

**Ort:** mtb-gymakademie.de

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

### Digitale Fortbildung:

#### Prävention sexualisierter Gewalt im Sport

Dieser Kurs soll Euch als aktive Mitglieder im Sportverein für das Thema sensibilisieren und aufklären. Außerdem möchten wir Euch zeigen, welche Maßnahmen Ihr in Eurem Verein ergreifen könnt, um die Gefahr sexualisierter Übergriffe zu senken.

**Termin:** ab 01. Januar 2024

**Ort:** mtb-gymakademie.de

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

### Digitale Fortbildung:

#### Kopfhaltung beim Gerätturnen

Dieser Kurs dreht sich um die Funktion des Kopfes bei der Bewegungssteuerung und insbesondere um die gerätturnspezifischen Kopfhaltungen.

**Termin:** ab 01. Januar 2024

**Ort:** mtb-gymakademie.de

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

### Konditionstraining für das Gerätturnen

Dieser Kurs dreht sich um die allgemeine Schaffung von konditionellen Voraussetzungen für alle Alters- und Leistungsklassen. Neben der theoretischen Hinführung zum Thema gibt es viele praktische Beispiele zu entdecken!

**Termin:** ab 01. Januar 2024

**Ort:** mtb-gymakademie.de

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 4

### Ernährung im (Turn)Sport

Ziel dieser Fortbildung ist es, das Wissen über eine bewusste, gesunde und trainingsunterstützende Ernährung zu erweitern und deutlich zu machen, welche negativen Folgen eine falsche Handhabung dieses sensiblen Themas haben kann.

**Termin:** ab 01. Januar 2024

**Ort:** mtb-gymakademie.de

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

### SPRINGEN UND GESUND BLEIBEN - Training für starke Sprunggelenke

Die Fuß- oder Sprunggelenke sind bei allen Turnsportarten erheblichen Belastungen ausgesetzt. Egal, ob beim (wiederholten) Abspringen, beim Landen oder beim Sprinten, stabile und kräftige Fußgelenke sind wichtig. Beginnend mit Erläuterungen zur Anatomie und typischen Verletzungen stellen wir anschließend neben einfachen und komplexeren Übungssammlungen Ideen in den Vordergrund, das normale Training mit kleinen Übungen zu bereichern und die Stärkung der Sprunggelenke kontinuierlich anzugehen. Dabei bedienen wir uns an klassischen Übungen, die man beim Turnen oft sieht, aber auch Ansätzen aus dem Reha-/Präventionssport und der Physiotherapie.

**Termin:** ab 01. Januar 2024

**Ort:** mtb-gymakademie.de

**Kosten:** weitere Informationen online

**Lehreinheiten:** 2

## ANSPRECHPARTNER UND KONTAKTE MTB

Geschäftsführung **Katrin Fuhrmeister-Jabbour**

0331 231806 - 12

info@maerkischer-turnerbund.de

Bildung, Projekte **Laura Löwe**

0331 231806 - 13

laura.loewe@maerkischer-turnerbund.de

Finanzen, Projekte **Marie-Louise Haderlein**

0331 231806 - 13

Marie.haderlein@maerkischer-turnerbund.de

# Impressionen vom Gymwelt Kongress in Kienbaum 2023





**AirTrack Factory**  
SPORTS



**AIRTRACK.DE**



**AirTrack Factory**  
SPORTS

**Profitieren Sie mit Ihrem Verein vom AirTrack Verbandsrabatt!  
Dieser Rabatt gilt für alle Mitglieder des Turnerbunds**

AirTrack.de

Kontakt@airtrackfactory.com

+49 30 759 485 43



Athletic Sport Sponsoring

— ICH BIN DEIN AUTO

**Karl Bebendorf**

Mittelstreckenläufer | Dresdner SC 1898 e.V.

DIE  
**AUTO-FLAT**  
FÜR DEN SPORT  
- seit 1997 -

**ICH FAHRE  
MIT ASS,**

*weil ich Flexibilität und Auswahl schätze!*



# TERMINKALENDER BTFB WETTKÄMPFE & VERANSTALTUNGEN 2024

Datum	Fachgebiet	Bezeichnung	Uhrzeiten	Ort
<b>Januar</b>				
07.01.24	BTFB	Feuerwerk der Turnkunst	14:00/19:00 Uhr	Mercedes Benz Arena
20.-21.01.24	BTFB Rhönrad	Elitelehrgang	08:00-18:00 Uhr	Hans-Fallada Grundschule
27.01.24	BTFB Gerätturnen wbl. Breitensport	BTL5	08:30-19:30 Uhr	GBH
28.01.24	BTFB Gerätturnen wbl. Breitensport	JFL	08:30-19:30 Uhr	GBH
<b>Februar</b>				
05.-11.02.24	<b>Winterferien</b>			
09./10.02.24	BTFB Rhönrad	Anfänger Lehrgang	08:00-18:00 Uhr	Hans-Fallada Grundschule
18.02.24	BTFB Gerätturnen wbl. Breitensport	BTL 1-4	08:30-19:30 Uhr	GBH
16./17.02.24	BTFB/BTJ	zweite Kinderschutz-Sport-Konferenz	Samstag 10:00-18:30 Uhr	Senatsverwaltung Inneres und Sport - Bärensaal
24.02.24	BTFB Prellball	Kids-Cup	09:00 Uhr	Sartre Gymnasium im Bezirk Marzahn/Hellersdorf
23.-25.02.24	BTFB RSG	Berlin Team Masters		Kuppelsaal + Halle 1
25.02.24	BTFB Schwimmen	7606 Schüler - Mehrkampf	09:30-16:00 Uhr	Schwimmbad Gropiusstadt
25.02.24	BTFB Team/Gym	TeamGym "easy Start"	09:30-18:00 Uhr	Anne-Frank-Grundschule
27.-29.02.24	Schulwettkämpfe	Jugend trainiert für Olympia		Schöneberger Sporthalle
<b>März</b>				
02.-03.03.24	BTFB Kinderturnen	Jahrgangsbesterwettkampf P4/5 wbl.	09:00-17:00	Woelckpromenade
02.03.24	BTFB Gerätturnen wbl. Breitensport	BTL 5	08:30-19:30 Uhr	GBH
03.03.24	BTFB Gerätturnen mnl. Breitensport	Liga	08:30-19:30 Uhr	GBH
08.-10.03.24	BTFB RSG	Kaderlehrgang	08:00-21:30 Uhr	OSP, Kuppelsaal + Halle 1
09.03.24	BTFB Gerätturnen mnl. Leistungssport	Berliner Bärenpokal	14:00-20:00 Uhr	GBH
09.03.24	BTFB Amateursportpreis			
09.-10.03.24	BTFB Gerätturnen wbl. Breitensport	Berliner Einzelmeisterschaften	Sa 08:30-19:30 Uhr, So 09:00-13:00	GBH
16.03.24	BTFB GTw	Berliner Meisterschaft AK 9-11	08:00-15:00 Uhr	Frauenturnhalle
17.03.24	BTFB Gym/Tanz	BM Kleingruppen	10:00-17:00 Uhr	PHS
16.03.24	BTFB Sportakrobatik	Berliner Meisterschaften/Bestenermittlung	09:00-20:00 Uhr	PHS
16.-17.03.24	BTFB RSG	BM WK/LK und SLK/SWK Gruppe	09:00-20:30 Uhr	Kuppelsaal + Halle 1
17.03.24	BTFB Schwimmen	7603 Anfänger-Wettkampf I	09:30-15:00 Uhr	Schwimmhalle Spandau
21.-23.03.24	Gtm	Internationaler Junior Team Cup	Fr: 10-19 Uhr Sa: 12-16 Uhr	Sportforum
25.03.-07.04.24	<b>Osterferien</b>			
<b>April</b>				
13./14.04.24	BTFB Rhönrad	Berliner Bestenwettkampf und Meisterschaft	08:00-18:00 Uhr	Hans-Fallada Grundschule
13.04.24	BTFB Gerätturnen mnl. Breitensport	BM (MEM/BNM)	08:30-19:30 Uhr	GBH
23.-27.04.	Schulsport	Jugend trainiert für Olympia		Schöneberger Sporthalle
20.-21.04.24	BTFB Kinderturnen	Jahrgangsbesterwettkampf P1/2/3 wbl.	08:00-17:00 Uhr	Woelckpromenade
20.04.24	BTFB GTw	Berliner Meisterschaft AK 7/8 und AK 12-16+	08:00-17:00 Uhr	Frauenturnhalle im Sportforum
21.04.24	BTFB Mehrkämpfe	FrühjahrsCup		Tu: Steglitz, LA: Domi-Platz
20.04.24	BTFB Schwimmen	7602 Otto-Monke-Pokal (FrühjahrsCup) - DTB-Spezial	08:00-16:00 Uhr	Gropiusstadt mit Sprungbrett
26.-28.04.24	Gerätturnen weiblich	Bärchenpokal		GBH
<b>Mai</b>				
04.05.24	BTFB Gym/Tanz	DTB Regional Cup	10:00-19:00 Uhr	
04.05.24	BTFB TGW/TGM	Generationspokal		TSV GutsMuths
09.-12.05.24	<b>Christi Himmelfahrt</b>			
18.-21.05.24	<b>Pfingsten</b>			
25.-26.05.24	BTFB Gerätturnen mnl.	offene Berliner Einzel Meisterschaften	08:30-19:30 Uhr	Schöneberger
25.05.24	BTFB Gerätturnen wbl. Breitensport	BTL 1-4	08:30-19:30 Uhr	GBH
26.05.24	BTFB Gerätturnen wbl. Breitensport	JFL	08:30-19:30 Uhr	GBH
<b>Juni</b>				
01.06.24	BTFB Gerätturnen mnl. Breitensport	Liga	08:30-19:30 Uhr	GBH
01.06.24	Freizeitsport/Vorführung	Bewegungshorizonte-BTFB offenes Forum	16:00	Schöneberger Sporthalle
02.06.24	BTFB TeamGym	Berlin Cup	9:30-18:00	GBH
01.06.24	BTFB RSG	BM Gruppen	09:00-18:00	Ort: n.n.
08.-09.06.24	Spiele	Deutschlandpokal Prellball		GBH
09.06.24	BTFB Mehrkämpfe	Berliner Mehrkampfmeisterschaften		Schöneberger Sporthalle und Domi-Platz
15.06.24	BTFB Mehrkämpfe	Berliner Mehrkampfmeisterschaften	09:00-16:30 Uhr	Gropiusstadt mit Sprungbrett
16.06.24	BTFB Mehrkämpfe	Berliner Mehrkampfmeisterschaften	08:00-17:00 Uhr	Schöneberger Sporthalle und Domi-Platz
22.06.24	BTFB Gerätturnen wbl. Breitensport	BTL 5	08:30-19:30 Uhr	GBH
22.06.24	BTFB Rhönrad	Summer Cup	09:00-18:00 Uhr	Hans-Fallada Grundschule
28.06.	BTFB Repräsentation	BTFB Awards	Einlass: 16:00	LLZ Richard Genthe Wannsee
29.06.24	Mehrkämpfe	Kindermehrkampftag	09:00-15:00 Uhr	SC Siemensstadt
29.06.24	BTFB/BTJ	Klausurtagung	08:30-16:30	LLZ Richard Genthe
29.06.24	BTFB Gym/Tanz	BM	11:00-17:00 Uhr	Carl-Schuhmann-Halle
30.06.24	BTFB TGW/TGM	Berliner Meisterschaften	09:00-17:00 Uhr	SC Siemensstadt
30.06.24	BTFB Gerätturnen mnl. Breitensport	Liga	08:30-19:30 Uhr	GBH



Datum	Fachgebiet	Bezeichnung	Uhrzeiten	Ort
<b>Juli</b>				
06.07.24	BTfB RSG	BM Kinderklassen	09:00-19:00	PHS
06.07.24	BTfB Gerätturnen wbl. Breitensport	BTL 1-4	08:30-19:30 Uhr	GBH
07.07.24	BTfB Gerätturnen wbl. Breitensport	JFL	08:30-19:30 Uhr	GBH
06.07.24	Berliner Turnerjugend/ Vorführung	IT's Showtime mit den Landesqualifikationen TuJu-Stars und RdB		Schöneberger Sporthalle
13.07.24	BTfB Gym/Tanz	Berliner Meisterschaften		TH Bücherwurm GS/Th Virchow Schule
13./14.07.24	BTfB Gerätturnen wbl. Breitensport	Ersatztermin		
<b>18.07.-30.08.24 Sommerferien</b>				
<b>September</b>				
07./08.09.24	BTfB Rhönrad	Kombi Lehrgang	08:00-18:00 Uhr	Hans-Fallada Grundschule
14./15.09.24	BTfB RSG	BM Athletik/Technik	09:00-18:00	OP Halle 1
14./15.09.24	BTfB Gerätturnen mnl. Breitensport	BMM	08:30-19:30 Uhr	GBH
Termin im September	TGW/TGM	Norddeutsche Meisterschaften		
21.-22.09.24	BTfB Kinderturnen	Mannschaftswettkampf P4/5 wbl.	08:00-18:00 uhr	Woelckpromenade
28.09.24	BTfB Gym/Tanz	Hauptstadtpokal	11:00-17:00 Uhr	Carl-Schumann-Halle
<b>Oktober</b>				
<b>03.10.24 Tag der deutschen Einheit</b>				
05-06.10.24	BTfB Gerätturnen mnl. LS	offene Berliner Mannschaft Meisterschaften	08:30-19:30 Uhr	Schöneberger Sporthalle
12./13.10.24	BTfB Gerätturnen wbl. Breitensport	Berliner Mannschaft Meisterschaften	08:30-19:30 Uhr	GBH
12.10.24	BTfB Sportakrobatik	Berlinpokal	09:00-20:00 Uhr	PHS
13.10.24	BTfB Rhönrad	Berlinpokal	09:00-18:00 uhr	Hans-Fallada Grundschule
19.10.24	BTfB Sportakrobatik	Berlinpokal - Ersatztermin	09:00-20:00 Uhr	PHS
<b>21.10.-03.11.24 Herbstferien</b>				
<b>November</b>				
02.11.24	BTfB GTw	Herbstcup AK 8-12	08:00-18:00	Frauenturnhalle im Sportforum
10.11.24	BTfB Schwimmen	Anfänger WK II		Schwimmbad Spandau
09.11.24	BTfB Gerätturnen mnl. Leistungssport	Adventspokal	08:30-19:30 Uhr	GBH
10.11.24	BTfB Gerätturnen mnl. Breitensport	Pokalturnen	08:30-19:30 Uhr	GBH
16.11.24	BTfB Gerätturnen weibl. Breitensport	Pokal LK4	08:30-19:30 Uhr	GBH
16./17.11.24	BTfB Kinderturnen	Mannschaftswettkampf P1/2/3 wbl.	08:00-18:00 uhr	Woelckpromenade
17.11.24				
23./24.11.24	BTfB Gerätturnen wbl. Breitensport	Pokal LK3	08:30-19:30 Uhr	GBH
<b>Dezember</b>				
07./08.12.24	BTfB Gerätturnen mnl. Breitensport	Besten WK	08:30-19:30 Uhr	GBH
07.12.24	BTfB Gym/Tanz	Weihnachtswettkampf	10:00-19:00 Uhr	PHS
14.12.24	BTfB Gerätturnen mnl.	Landeskader-Nominierungs-Test	08:30-19:30 Uhr	Männerturnhalle

### Legende

AK	Altersklassen	DTJ	Deutsche Turnerjugend	LL	Landesliga	SL	Sichtungslehrgang
B/BM	Berlin-Brandenburgische Meisterschaften	GBH	Gretel Bergmann Halle	SH	Sporthalle	TGM	Turnergruppenmeisterschaft
BM	Berliner Meisterschaften	GT	Gerätturnen	MTB	Veranstaltung des MTB	TGW	Turnergruppenwettkampf
BTL	Berliner Turnliga	GTm	Gerätturnen männlich	OSP	Olympiastützpunkt	TL	Trainingslehrgang
		GTw	Gerätturnen weiblich	PSH	LLZ RSG Paul-Heyse-Straße	TTS	Turntalentschule
		JFL	Jugend Frauen Liga	RSG	Rhythmische Sportgymnastik	WK	Wettkampf
		LK	Leistungsklasse				

**Herausgeber:**  
 Berliner Turn- und  
 Freizeitsport-Bund e. V.  
 Vorarlberger Damm 39,  
 12157 Berlin,

T.: 030 7879450,  
 Fax: 030 78794520  
 info@btfb.de  
 www.btfb.de



**Redaktion:** Jurij Robel, Nicole Greßner,  
 Katrin Fuhrmeister-Jabbour  
**Fotos:** BTfB, DTB, privat  
**Gestaltung u. Repro:** Norbert Haftka  
**Druck:** Das Druckteam Berlin

### FÜR DIE UMWELT

Das Magazin bewegtberlin wird in Berlin auf FSC®-zertifiziertem Papier aus verantwortungsvollen Quellen gedruckt.

Erscheinungsweise: 6-mal jährlich  
 Bezugsgebühr: 25,00 Euro jährlich  
 Es gilt die Anzeigenpreisliste  
 September 2020.

Mit Namen gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Berliner Turn- und Freizeitsport-Bundes bzw. der Redaktion wieder. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte gibt es keinen Anspruch auf Veröffentlichung.  
 Das Kürzen von Artikeln liegt im Ermessen der Redaktion.



## Ihre Notizen

# Deinen Verband in die Tasche stecken.

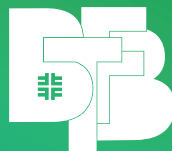
Ob Akademieprogramm, Verbandsmagazin oder aktuelle News, alles in einer App.

Hier Scannen und downloaden.



**BewegtBerlin-App.**  
Jetzt herunterladen!

**BERLINER TURN- UND FREIZEITSPORT-BUND**



## ANMELDUNG FÜR KURSE

Berliner Turn- und  
 Freizeitsport-Bund  
 Vorarlberger Damm 39  
 12157 Berlin

Fax: 030 7879 4533

Bitte buchen Sie online unter  
<https://kursbuchung.btfb.de>

Sie sparen Papier, Porto,  
 Arbeit und Datenfehler beim  
 Abschreiben der Faxe/Briefe  
 und 5,00 € Bearbeitungsgebühr!

Kurstitel Kurs-Nr.

Name Vorname

Geburtsdatum (Pflichtfeld bei Ausbildungen) Gym Card-Nummer

Strasse / Hausnummer PLZ / Ort

Telefon E-Mailadresse

### SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den BTfB (Gläubiger-ID DE22ZZZ00000319479), einmalig eine Zahlung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von dem BTfB auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Die Lastschrift erfolgt zeitnah zum Meldeschluss. Die Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen – zu finden auf Seite 4 des Akademieprogramms – akzeptiere ich. Mit meiner Buchung willige ich in die Verarbeitung meiner Daten ein.

**BITTE BEACHTEN: Die Einladungen zu den Kursen versenden wir nach Meldeschluss nicht mehr per Brief, sondern via E-Mail. Bitte geben Sie eine Mailadresse an, unter der wir Sie auch sicher erreichen.**

Kosten Verein / Stempel

IBAN (zu finden auf Ihrem Kontoauszug)

Name der Bank

Kontoinhaber

Datum / Unterschrift

# GESUND

# DURCHSTARTEN!


Wenn alle zwei Jahre 90 % der Kosten zur sportmedizinischen Untersuchung erstattet werden und bis zu 80 Euro für die Basisuntersuchung, sowie bis zu 150 Euro, falls erweiterte Gesundheitsrisiken untersucht werden, dann ist es: [meine-krankenkasse.de](https://www.meine-krankenkasse.de)

[meine-krankenkasse.de](https://www.meine-krankenkasse.de)



Wir sind für Sie da.

 7 x in Berlin und Brandenburg

 030 726122087  
[andreas.zink@bkk-vbu.de](mailto:andreas.zink@bkk-vbu.de)

 [facebook.com/bkk.vbu](https://facebook.com/bkk.vbu)





Teilnahme ab 18! Glücksspiel kann süchtig machen. Infotelefon BZgA: 0800 137 27 00



THE EUROPEAN  
LOTTERIES  
FOR THE BENEFIT OF SOCIETY



**EURO  
JACKPOT**

**JETZT AUCH DIENSTAG**



**EIN TAG MEHR  
ZUM TRÄUMEN.**