



Fortbildungen Februar bis März 2022

maxxF-Training

Beim maxxF-Training wird nur mit dem eigenen Körpergewicht die Muskulatur auf optimale Weise trainiert. Übungsvarianten ermöglichen eine individuelle Intensitätssteuerung und ein optimales Krafttraining auch in völlig heterogenen Gruppen. Die passenden Dehnungen intensivieren die Kräftigung und halten uns geschmeidig.

Termin: 05. Februar 2022, 9.00-17.30 Uhr
Ort: Unterböhringen
Gymnet-Nr.: GF-92-1200-0-0605/22

Referent: Armin Brand
Teilnahmegebühr: 57,50 €
Meldeschluss: 22.01.2022

Pilatesflow

Erarbeiten von verschiedenen Bewegungsabläufen, die die Teilnehmer zur täglichen Routine verwenden können. In Verbindung mit aktueller, sanfter Musik sind Sie auch geeignet für das Ende oder den Anfang einer Stunde, als auch für Aufführungen oder einzelne Highlight-Stunden. Der Bewegungsfluss steht im Vordergrund.

Termin: 12. Februar 2022, 9.00-17.30 Uhr
Ort: Ebersbach
Gymnet-Nr.: GF-92-1240-0-0600/22

Referentin: Christine Euchner
Teilnahmegebühr: 57,50 €
Meldeschluss: 29.01.2022

Faszien und Muskulatur im Einklang

Stundenbilder, die gleichwertig unsere Faszien und Muskulatur ansprechen. Jede Beispielstunde wird mit anderen Kleingeräten gestaltet. Wir schwingen, federn, kräftigen, wackeln und dehnen. Das Leistungsniveau aller Teilnehmer wird berücksichtigt

Termin: 19. Februar 2022, 9.00-17.30 Uhr
Ort: Uhingen
Gymnet-Nr.: GF-92-1200-0-0598/22

Referentin: Angelika Schmidt
Teilnahmegebühr: 57,50 €
Meldeschluss: 05.02.2022

Übungsleiter-Assistenten-Lehrgang Eltern-Kind- und Kleinkindturnen

Du konntest bereits Erfahrung sammeln im Eltern-Kind-Turnen oder Kleinkindturnen oder bist ganz neu im Tätigkeitsfeld „Übungsleiter“ und möchtest dir nun grundlegendes Wissen aneignen, um deine Stunden sicherer durchzuführen oder deine Übungsleiterkollegen besser zu unterstützen? Dir ist es jedoch aktuell nicht möglich, eine vollständige Übungsleiter-Ausbildung zu besuchen oder du bist momentan noch zu jung dazu? Dann ist die Übungsleiterassistenten-Ausbildung die passende Lösung für dich. Innerhalb von zwei Tagen machen wir dich fit und vermitteln dir, warum die Planung einer Bewegungsstunde wichtig ist und was dabei zu beachten ist. Weiterhin

Turngau Staufen e.V.

Vereinsregister Amtsgericht Ulm, Nr. 530315

Vorstand: Nicole Razavi, Jörg Allmendinger, Andreas Esenwein

Geschäftsstelle: John-F.-Kennedy-Str. 32 · 73037 Göppingen

Telefon: 07161 / 968073 · Telefax: 07161 / 968074

Öffnungszeiten: Di 16-18 Uhr · Do 10-12 Uhr

E-Mail: info@turngau-staufen.de · Internet: www.turngau-staufen.de

bekommst du erste Ideen und Tipps für die Praxis. Du möchtest später eventuell auf diese Ausbildung aufbauen? Die absolvierte Ausbildung zum Übungsleiterassistenten bietet dir folgende Vorteile auf dem Weg zur Übungsleiter C-Lizenz: Wissensvorsprung und Zeitersparnis bei den Online-Inhalten der C-Lizenz und 40 EUR Rabatt auf das Grundmodul (Gültigkeit: 3 Jahre)

Termin: 19/20. Februar 2022, 9.00-18.00 Uhr **Referentin:** Ulrike Deinaß
Ort: n.n **Teilnahmegebühr:** 80,00 €
Gymnet-Nr.: KA-92-2101-0-0612/22 **Meldeschluss:** 06.02.2022

Kinderturnen – von allem etwas

Du bekommst in dieser Fortbildung einen bunten Mix aus Spielen fürs Köpfchen, Koordination und Schnelligkeit, Ausdauer und Kreativität, Konzentration und Entspannung. Am Ende des Tages hast du viele neue Ideen für deine Kinderturnstunde.

Termin: 12. März 2022, 9.00-17.30 Uhr **Referentin:** Ulrike Deinaß
Ort: Reichenbach i. T. **Teilnahmegebühr:** 57,50 €
Gymnet-Nr.: KF-92-2200-0-0579/22 **Meldeschluss:** 26.02.2022

Stundeneinstiege variantenreich gestalten

Die Saison für variantenreiche und kreative Stundeneinstiege ist immer. Daher zeigt diese Fortbildung auf, mit welchen Mitteln und Wegen wir Abwechslung in die Stundeneinstiege bekommen.

Termin: 12. März 2022, 9.00-17.30 Uhr **Referent:** Armin Brandt
Ort: Faurndau **Teilnahmegebühr:** 57,50 €
Gymnet-Nr.: GF-92-1200-0-0606/22 **Meldeschluss:** 28.02.2022

Rund um die Bälle

Verschiedene Bälle, bezogen auf deren Umfang und Gewicht, kommen muskulär kräftigend, faszial lockern und massieren sowie spielerisch zum Einsatz. Es werden abwechslungsreiche Stundenbilder für unterschiedliche Gruppen erarbeitet.

Termin: 19. März 2022, 9.00-17.30 Uhr **Referentin:** Angelika Schmidt
Ort: Uhingen **Teilnahmegebühr:** 57,50 €
Gymnet-Nr.: GF-92-1200-0-0599/22 **Meldeschluss:** 05.03.2022

Power-Bodyshaping

Für alle, die sich gerne auspowern und schnelle Erfolge auf Bauch, Beine, Po und Oberkörper sehen wollen. Effektive Intervall-Trainings und trendige Bodyweight-Übungen für alle großen Muskelgruppen. Abwechslungsreiche und schweißtreibende Workouts kräftigen deinen Körper und straffen die Problemzonen. Es werden unterschiedliche Fitnesslevel in verschiedenen Intensitäten und Variationen angeboten.

Termin: 26. März 2022, 9.00-17.30 Uhr **Referentin:** Bettina Häfele
Ort: Holzheim **Teilnahmegebühr:** 57,50 €
Gymnet-Nr.: GF-92-1200-0-0577/22 **Meldeschluss:** 12.03.2022

Die Anmeldung für die Übungsleiterfortbildungen kann online über das DTB-GYMNET www.dtb-gymnet.de oder schriftlich auf dem dafür vorgesehenen Anmeldeformular, das unter [Anmeldung 2022 - beschreibbar.pdf \(stb.de\)](#) zum Download bereitgestellt ist, erfolgen.

Gau-Lehrgänge (Turngau Staufen)

Kampfrichter-Pflichtfortbildung Gerätturnen weiblich D-Lizenz

Termin: 13. März 2022
Ort: Deggingen
Anmelde-Nr.: TG2022-04

Referentin: Annika Michel
Teilnahmegebühr: 20,00 €
Meldeschluss: 26.02.2022

Gaulehrgang für den Elementarbereich (alle Bezirke)

Das Thema für unseren Spielparcours 2022 lautet „Zirkus“. Außerdem wird der Bewegungspass vorgestellt. Bei diesem Gaulehrgang wird kein Informationsschreiben zugeschickt. Alle angemeldeten Interessenten dürfen teilnehmen.

Termin: 19. März 2022
Ort: Jebenhausen
Anmelde-Nr.: TG2022-01

Referenten: AK Elementarbereich
Teilnahmegebühr: 15,00 €
Meldeschluss: 06.03.2022

Die Anmeldung für die Gaulehrgänge bitte mit dem Anmeldeformular für Gaulehrgänge 2022 [Turngau Staufen - Anmeldeverfahren \(turngau-staufen.de\)](#) an die Turngau Geschäftsstelle.