

2022



Jahresprogramm

Turnkreise Gifhorn
Helmstedt
Wolfsburg

#SPORT
VEREINT
UNS

NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

10. bis 12. Juni 2022
in Osnabrück

- Kinderturnen
- Fitness
- Gesundheitssport
- Tanz & Vorführungen
- Natur & Erlebnis
- Gerätturnen & Bewegungskünste

ÜL-Lizenz
an einem
Wochenende
verlängern!

Anmeldeschluss:
05. Mai 2022

NTB
KONGRESS
OSNABRÜCK
2022

Infos und Anmeldung: www.NTB-Kongress.de

Turnkreise Gifhorn, Helmstedt, Wolfsburg

In diesem Jahr ist schon wieder alles anders!

Liebe Turnfreundinnen, liebe Turnfreunde,

Als wir im frühen Herbst mit der Planung für 2022 begannen haben wir uns alle nicht vorstellen können welche Ausmaße Corona noch einmal erreichen würde. Aus diesem Grund sind alle Termine für Lehrgänge und Veranstaltungen mit einem großen Fragezeichen zu sehen.

Es liegt nicht nur in unserer Hand wie sich die Pandemie bzw. die Maßnahmen die damit verbunden sind entwickeln. Es sei mir gestattet an dieser Stelle meinem Ärger über die Zögerlichkeit der Politik Luft zu machen, die sich wenig Lernfähig zeigt. Was nutzen mir meine Freiheitsrechte wenn ich krank werde und am Ende sterbe?

Was liegt nun in unsere Hand? Für mich bedeutet das, das ich mich Impfen lasse, habe ich getan. Weiterhin trage ich die Maske wo es verlangt wird, auch wenn es manchmal lästig ist. Die Reduzierung der Kontakte ist auch wichtig zumal wir wissen, dass auch Geimpfte sich infizieren und das Virus weitergeben können. Nicht weniger wichtig ist das Testen. Es gibt genügend Beispiele wo, oh Wunder, der Test positiv ausfiel ohne dass der Betreffende es erklären konnte.

Jetzt noch ein Wort zu unserem digitalen Heft. Da wir auch dieses Jahr auf die alt bewährte Papierform verzichten haben wir die Inhalte des Hefts auf das wesentliche reduziert. Es soll vor allem nicht zu groß sein, damit wir es gut per eMail verschicken können. Auf Werbung können wir verzichten da uns keine Kosten entstehen und die Anschriften eurer Ansprechpartner findet ihr auf der Web Seite eures Turnkreises. Notfalls werft ihr einen Blick in das 2020ger Heft wenn ihr es noch zur Hand habt. Soviel hat sich nicht geändert.

Für das kommende Jahr wünsche ich uns, dass wir bald wieder zu einem normalen Turnbetrieb zurückkehren können. So toll Videokonferenzen oder Online Turnstunden auch sein mögen, sie ersetzen nicht den realen Kontakt. Da passt Motto #Sport vereint uns

Mit freundlichen Grüßen, bleibt schön gesund...

Horst Sievers
Turnkreis Helmstedt

Lehrgänge Kinder- und Jugendturnen

<p>12. 02. 2022 09.00 – 13.00 Uhr Turnkreis Gifhorn</p>	<p>Turnen mit Alltagsmaterialien - Die Turntiger Winterolympiade Ort: Gifhorn, Sportzentrum Nord</p>	<p>5 LE ÜL C Ki.-turnen ÜL C Ju.-turnen</p>
<p>19. 03. 2022 14.00 – 18.00 Uhr Turnkreis Wolfsburg</p>	<p>Parkour Lehrgangsleitung: Elke Geppert Ort: Zweifeld Halle Barnstorf, Alter Bierweg 12</p>	<p>5 LE ÜL C Ki-Ju-Erw. Parkour</p>
<p>24. 09. 2022 14.00 – 18.00 Uhr Turnkreis Wolfsburg</p>	<p>Dance,Dance, Dance Lehrgangsleitung: Elke Geppert Ort: WOB, Dessauer Str. 1</p>	<p>5 LE ÜL C Ki-Ju-Erw. Gymn./ Tanz</p>
<p>12. 11. 2022 09.00 – 13.00 Uhr Turnkreis Gifhorn</p>	<p>Spielerisches Trainieren der Grund- tätigkeiten im Kinder- und Gerätturnen mit dem Turntiger Ort: Gifhorn, Sportzentrum Nord</p>	<p>5 LE ÜL C Ki.-turnen ÜL C Ju.-turnen</p>



Turnkreis Gifhorn Lehrgang März 2020

Lehrgänge Ältere

05. 02. 2022 ??:?? Uhr Turnkreis Wolfsburg	Functional Training für Ältere & Erwachsene Referentin: Jennifer Yavus Ort: Wolfsburg, VfB Halle am Schwimmbad	5 LE ÜL C Erw./ Ältere Fitness + Gesundh.
26. 02. 2022 09.30 – 13.30 Uhr Turnkreis Gifhorn	GEH-Hirntraining Referentin: Tina Pfitzner Ort: Albert-Schweitzer-Schule, Gifhorn	LE 5 ÜL C Erw./Ältere Tr C Breitensport, FÜL C Fit/Ges
07. 05. 2022 09.30 – 12.30 Uhr 13.30 – 16.30 Uhr Turnkreis Helmstedt	Workout: Technik und Differenzierung Verschiedene Trainingswirkungen durch Abwechslung Entspannung trifft Gehirnfitness Abschalten und Entschleunigen Referentin: Nadine Holzapfel Ort: Helmstedt, Goethehalle	4 LE ÜL C Erw./Ältere Tr C Erw/Ält. 4 LE ÜL C Erw./Ältere Tr C Erw/Ält.
11. 06. 2022 09.30 – 15.00 Uhr Turnkreis Gifhorn	1. Standfest im Alter durch Krafttraining 2. Trommeln auf dem Fit Ball Referentin: Gudrun Bachmann Ort: Albert-Schweitzer-Schule, Gifhorn	LE 4 LE 2 ÜL C Erw./Ältere Tr. C Breitensp. FÜL C Fit/Ges
24. 09. 2022 9:30 – 13.30 Uhr Turnkreis Helmstedt	Pilates mit dem Balace Pad u. Rubberband Referentin: Christine Kunze Ort: Helmstedt, Turnhalle Goethestraße 45	6 LE ÜL C Erw./Ältere
08 10. 2022 09.30. – 14.00 Uhr Turnkreis Gifhorn	Vital-Training 60 Plus Älter werden-Aktiv bleiben - Teil 2 Referentin: Monika Cammerer Ort: Albert-Schweitzer-Schule, Gifhorn	6 LE ÜL C Erw./Ältere Tr. C Breitensport FÜL C Fit/Ges.
13. 11. 2022 09.00 – 12.00 Uhr Turnkreis Helmstedt	Lehrgang mit Braunkohlessen Ort: Helmstedt, Turnhalle am Elsweg	4 LE ÜL C BrSp Erw/Ält Tr C Fit/Aer, Fit/Ges Erw/Ält.

Lehrgänge Erwachsene

05. 02. 2022 ??:?? Uhr Turnkreis Wolfsburg	Functional Training für Ältere & Erwachsene Referentin: Jennifer Yavus Ort: Wolfsburg, VfB Halle am Schwimmbad	5 LE ÜL C Erw./ Ältere Fitness + Gesundh.
19. 02. 2022 09.30 – 13.30 Uhr Turnkreis Gifhorn	Easy-Mix Aerobic und Step - abwechslungsreiche, kreative und effektive Schrittfolgen Referentin: Petra Heck Ort: Gifhorn, Sportzentrum Nord	5 LE FÜL Aerobic FÜL Gym/Rhyth/Tanz Tr. C Breitensport ÜL C Erw./Ältere FÜL Fit./Ges.
22. 06. 2022 ??:?? Uhr Turnkries Wolfsburg	Präventions-Sport-Tag All in One, Lernen, Erleben, Entdecken Referentin: Gitti Fahse Ort: Hattorf, Plantage 86	9 LE ÜL C Haltung u. Bewegung
09. 07. 2022 10.00 – 14.00 Uhr Turnkreis Wolfsburg	Slide-Workout – „It takes 2“ mit nur 2 Übungen ein abwechslungsreiches Workout gestalten Referentin: Petra Heck Lehrgangssleitung: Christine Kunze Ort: Wob, Dessauer Str. 1	5 LE ÜL C Erw./Ältere Fitness+Gesundheit
27. 08. 2022 09.30 – 13.30 Uhr Turnkreis Gifhorn	Der Fuß als Fundament des Körpers in Verbindung mit aktiver Atmung Referentin: Christiane Greiner-Maneke Ort: Gifhorn, Sportzentrum Nord	5 LE ÜL C Erw./Ältere FÜL C Fit./Ges. Tr. C Breitensport
10. – 11. 09. 2022 Turnkreis Wolfsburg	Wirksame Wege zur Selbstsorge Referentin Henrike Fahse Ort: Hattorf, Plantage 86 Anmeldung über LG Portal Melle	15 LE ÜL B Haltung u. Bewegung
15. 10. 2022 10.00 – 14.00 Uhr Turnkreis Gifhorn	Thairobic - Aerobic mit integr. Kampfsportelementen Referentin: Nadine Holzapfel Ort: Gifhorn, Sportzentrum Nord	5 LE FÜL Aerobic FÜL Gym/Rhyth/Tanz Tr. C Breitensport FÜL C Fit/Ges ÜL C Erw/Ältere
13. 11. 2022 09.00 – 12.00 Uhr Turnkreis Helmstedt	Lehrgang mit Braunkohlessen Ort: Helmstedt, Turnhalle am Elzweg	4 LE ÜL C BrSp Erw/Ält. Tr C Fit/Aer, Fit/Ges Erw/Ält.

Lehrgänge Gesundheitssport

23. 04. 2022

09.30 – 13.30 Uhr

Turnkreis Gifhorn

Faszien im Gesundheitssport

- ein aktives Sinnesorgan -

Referentin: Christiane Greiner-Maneke

Ort: Gifhorn, Sportzentrum Nord

5 LE

ÜL B Prävention

- Haltung/Bewegung

- Herz/Kreislauf

16. 04. 2022 ?

9.30 – 16.30 Uhr

Turnkreis Helmstedt

Lehrgang zur Lizenzverlängerung Stufe 2

Mit starkem Knie und Hüfte zum sicheren Gang

Referent Chris Löffler

Ort: noch offen

8 LE

2. LzSt. ÜL B Prävention

Schwerp. Erw.



Lehrgänge Gerätturnen weiblich / männlich

16. 01. 2022	Kampfrichterfortbildung	
10.00 – 12.30 Uhr	Vorbereitung zu den Kreismeisterschaften	
Turnkreis Helmstedt	Referentin: Maren Frickmann	
	Ort: Groß Brunsrode	
23.01.2022	Kampfrichter-Fortbildung Gerätturnen weiblich	3 LE
17.00 Uhr	Inhalt: Auffrischung P-Stufen P 3 – P 5	
Turnkreis Gifhorn	Referentin: Maike Lackmann	
Online		
06.02.2022	Kampfrichter-Fortbildung Gerätturnen weiblich	3 LE
17.00 Uhr	Inhalt: Auffrischung P-Stufen ab P 6	
Turnkreis Gifhorn	Referentin: Maike Lackmann	
Online		

Lizenzbildungen im Freizeit-, Breiten- und Leistungssport

Einstiegslehrgang

Nr.	Termin	Ort
009/22	07.05. - 08.05.2022	
	14.05. - 15.05.2022	Wolfsburg
012/22	25.06. - 26.06.2022	
	02.07. - 03.07.2022	Göttingen
015/22	17.10. - 20.10.2022	Wolfsburg

Profillehrgang 1. Lizenzstufe

ÜL-C Übungsleiter Freizeit- und Breitensport - sportartübergreifend

ÜL-C Freizeitsport mit Jugendlichen - Trends und
Bewegungskünste

Nr.	Termin	Ort
027/22	04.04. - 08.04.2022	
	20.05. - 22.05.2022	Verden

ÜL-C Kinderturnen

Nr.	Termin	Ort
026/22	26.08. - 28.08.2022	
	09.09. - 11.09.2022	
	23.09. - 25.09.2022	
	07.10. - 09.10.2022	Hildesheim



NTB-BildungsPortal
bildung.NTBwelt.de

Trainer C Freizeit- und Breitensport - sportartspezifisch

Trainer-C Fitness-Aerobic

Nr.	Termin	Ort
038/22	22.04. - 24.04.2022	
	29.04. - 01.05.2022	
	13.05. - 15.05.2022	
	03.06. - 04.06.2022	Clausthal-Z.

Trainer-C Gerätturnen

Nr.	Termin	Ort
040/22	04.04. - 08.04.2022	
	20.05. - 22.05.2022	Verden
041/22	12.08. - 16.08.2022	
	07.10. - 09.10.2022	LTS Melle
042/22	21.10. - 25.10.2022	
	09.12. - 11.12.2022	LTS Melle

Trainer-C Parkour

Nr.	Termin	Ort
044/22	04.04. - 08.04.2022	
	20.05. - 22.05.2022	Verden

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich.
 Weitere Informationen erhältst Du in unserem Bil-
 dungsPortal.*

Ausführliche Informationen zu den Ausbildungs-
 profilen, Rahmenbedingungen, Kosten und vieles
 mehr werden in den Einstiegslehrgängen vermit-
 telt, stehen im NTB-Jahresprogramm 2022 und
 auf unserer Homepage www.NTBwelt.de im Be-
 reich Bildung.

Lizenzbildungen im Gesundheitssport

2. Lizenzstufe

Basislehrgang Gesundheitssport

Nr.	Termin	Ort
050/22	05.03. - 06.03.2022	
	26.03. - 27.03.2022	Hannover

Aufbaulehrgang Gesundheitssport

Nr.	Termin	Ort
057/22	01.07. - 03.07.2022	
	08.07. - 10.07.2022	Hannover

Abschlusslehrgänge

ÜL-B „Sport in der Prävention“ – Ganzheitliches Gesundheitstraining

Nr.	Termin	Ort
081/22	02.09. - 04.09.2022	
	14.10. - 16.10.2022	Hannover

ÜL-B „Sport in der Rehabilitation“ – Sport in Herzgruppen / Sport bei Diabetes

Nr.	Termin	Ort
091/22	12.09. - 16.09.2022	
	11.11. - 13.11.2022	Hannover



Pluspunkt Gesundheit

DEUTSCHER TURNER-BUND

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

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich. Weitere Informationen erhältst Du in unserem BildungsPortal.

Weitere Termine und Informationen zum Gesundheitssport können an der Landesturnschule Melde bzw. über die Gesundheitssportbeauftragten der Turnkreise erfragt werden.

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

Weitere Informationen sind im NTB-Jahresprogramm 2022 abgedruckt. Auch unsere Homepage www.NTBwelt.de bietet viele Hilfestellungen im Bereich Bildung.

Anmeldungen sind ab Herbst 2021 online über bildung.ntbwelt.de möglich.



Ansprechpartnerin im Turnbezirk Braunschweig Christina Bansemer

Tel.: (05573) 95 99 660

E-Mail: Christina.Bansemer@NTBwelt.de

Veranstaltungen im Turnkreis Gifhorn

- 05./06.03.2022** **Kreispokalwettkämpfe Gerätturnen Mädchen - Einzel**
Gifhorn, Sportzentrum Nord,
Ausrichter: SSV Kästorf
- 09. – 10. 07. 2022** **Kreiskinderturnfest**
Ort: Meine
- 08./09.10.2022** **Kreismannschaftsmeisterschaften Gerätturnen Mädchen**
Flutmulde Gifhorn, Ausrichter: MTV Gifhorn oder
Sporthalle Isenbüttel, Ausrichter: MTV Isenbüttel
- 27.10.2022** **Kreismeisterschaften Gerätturnen Jungen**
Ort: Isenbüttel, Turnhalle
- 27.11.2022** **Kreiswettkampf im Trampolinturnen**
Ort: wird mit der Einladung bekannt gegeben

Veranstaltungen im Turnkreis Helmstedt

- 26. 02. 2022** **Kreismeisterschaften Gerätturnen**
Ort: Helmstedt
- 25./26. 06. 2022** **Gemeinsames Kreiskinderturnfest**
Turnkreise Helmstedt und Wolfsburg
Ort: Königslutter
- 08. 10. 2022** **Mini Olympiade**
Ort: nn
- 13. 11. 2022** **Sport-Spiel-Spaß**
Lehrgang mit anschließendem Braunkohlessen
Ort: Helmstedt, ?



Turnkreis Helmstedt Lehrgang mit Braunkohlessen Nov. 2021

Veranstaltungen – Land Niedersachsen

10. – 12. 06. 2022 **NTB Kongress**
Ort: Osnabrück

Veranstaltungen.....Veranstaltungen.....Veranstaltungen....

17. – 21. 05. 2023 **Erlebnis Turnfest**
Ort: Oldenburg

06. - 12.08. 2023 **Weltgymnaestrada Amsterdam**

Impressum

Herausgeber: Niedersächsischer Turner-Bund
Turnkreis Gifhorn, Querkamp 30, 38518 Gifhorn
Turnkreis Helmstedt, Mühlenwinkel 9, 38165 Lehre
Turnkreis Wolfsburg, Bruderstieg 15, 38444 Wolfsburg

Redaktion: Ellen Schiweck (Turnkreis Gifhorn)
Horst Sievers (Turnkreis Helmstedt)
Brigitte Fahse (Turnkreis Wolfsburg)

Gestaltung: Horst Sievers

#SPORT
VEREINT
UNS

TEAM SPIRIT GENIEßERIN

Du hast uns gerade noch gefehlt:
Mit Dir sind wir noch sportlicher!
Mehr auf: sportvereintuns.de

WIR
WOLLEN
DICH!

Gefördert von



Niedersächsisches Ministerium
für Inneres und Sport



Niedersächsische
LOTTO-SPORT-STIFTUNG
Bewegen · Integrieren · Fördern



Initiator

