

2019



Jahresprogramm

**Turnkreise
Lüchow-Dannenberg
Lüneburg
Uelzen**



Jetzt
zur AOK
wechseln!

Damit aus Bummeln Bewegung wird.

Die Balance zwischen Bewegung und Entspannung ist unverzichtbar, um gesund zu bleiben. Denn wer auf seinen Körper achtet, bleibt auch im Alltag fit. Mit unseren Gesundheitskursen unterstützen wir Sie dabei, Tag für Tag in Topform genießen zu können.

[sofort.aok.de](https://www.sofort.aok.de)

Inhalt

Vorwort	Seite 04
Lehrgangsinformationen	Seite 05
Ausbildungen	
Abschlusslehrgang Gesundheit, 2. Lizenzstufe (70 LE)	Seite 07
ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ – Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes	
Fortbildungen – Übungsleiter/innen C (1. Lizenzstufe)	
Entspannung mit smovey	Seite 08
Kinderturn-Abzeichen, Turntiger Team Wettkampf & Co (ÜL C Kinder/Jugendliche)	Seite 08
Bewegte Entspannung	Seite 09
Pilates für Einsteiger	Seite 09
Rund um den Ball „Yacaranda und mehr“ Teil 1	Seite 10
Rope Skipping Treff	Seite 11
Resilienz und Achtsamkeit	Seite 12
Fitballtrommeln für Ältere	Seite 12
Mutter-Kind Turnen (ÜL C Kinder/Jugendliche)	Seite 13
Ein Tag für mich – den Alltag relaxter (er)leben	Seite 13
Beckenbodengymnastik für Frauen	Seite 14
Frei bewegen in der Natur	Seite 17
GEH-Hirntraining	Seite 18
„Menschen mit Demenz verstehen“	Seite 18
„DanceDanceDance“ (ÜL C Kinder/Jugendliche)	Seite 19
Atemschule! – Warum richtiges Atmen wichtig ist?	Seite 19
„Älter werden - Aktiv bleiben“	Seite 20
Rund um den Ball „Yacaranda und mehr“ - Teil 2	Seite 20
Der Alltags-Fitness-Test (AFT) - Lebenslang fit und selbständig bleiben -	Seite 21
Fit Fetzig und Fantasievoll – mit Alltagsmaterialien	Seite 21
Fortbildungen - Übungsleiter/innen B (2. Lizenzstufe)	
Stressbewältigung und Entspannung in der Turnhalle	Seite 10
Beweglichkeit und Kraft für Schultergürtel und Halswirbelsäule	Seite 11
Alltagsmaterialien und Rhythmus (ÜL B Kinder/Jugendliche)	Seite 15
Rückenfitness „Step by Step“	Seite 16
Dehnen, aber richtig!	Seite 16
Faszienbetontes Training in Theorie und Praxis	Seite 17
Wettkämpfe	Seite 22
Veranstaltungen	Seite 26
Adressen	Seite 30

Liebe Übungsleiterinnen, liebe Übungsleiter!

Zum wiederholten Mal haben die Turnkreise Lüneburg, Lüchow-Dannenberg und Uelzen ein gemeinsames Jahresprogramm für das kommende Jahr erstellt. Nun entscheidet Ihr, welche Veranstaltung Ihr besuchen werdet. Wir sind gespannt, ob wir Eure Wünsche erfüllen konnten und ob wir die richtigen Themen aufgegriffen haben.

Ein Highlight in Jahr 2018 war sicherlich das Feuerwerk der Turnkunst, welches von vielen Personen aus unserem Bereich besucht wurde – aber auch der NTB-Kongress in Wolfsburg war ein echter Höhepunkt für viele Übungsleiter/Innen aus unserem Bereich. In 2018 haben wir in allen 3 Turnkreisen unsere Kreisturntage abgehalten, manchmal mit etwas weniger Beteiligung als erhofft; das ändert sich sicherlich beim nächsten Mal! Im Turnkreis Lüchow-Dannenberg gab es zudem eine personelle Veränderung. Hans-Jürgen Bossekmann hat den Vorsitz in die bewährten Hände von Nicole Walther gegeben. Vielen Dank noch einmal an Hans-Jürgen für die lange und sehr gute Zusammenarbeit!

Eine Grundausbildung durften wir nach vielen Jahren wieder begleiten und werden weiter daran arbeiten, Menschen zu Übungsleiterinnen und Übungsleitern auszubilden, zu fördern und für unseren Sport zu begeistern.

Hinweisen möchten wir an dieser Stelle auch auf den „Stammtisch“, den wir in 2019 zum ersten Mal speziell für den Gesundheitssportbereich einführen möchten. Hier wird es viele Informationen rund um den Gesundheitssport geben.

Auf diesem Weg danken wir natürlich unseren Sponsoren, die mit Ihrer Unterstützung unsere Arbeit möglich machen.



Gudrun Garbe-Köhnecke
Vorsitzende
Turnkreis Uelzen



Nicole Walther
Vorsitzender Turnkreis
Lüchow-Dannenberg



Annegret Meyer
Stellvertr. Vorsitzende
Turnkreis Lüneburg

Wer kann einen Lehrgang besuchen?

Teilnehmen kann jeder, der das 17. Lebensjahr vollendet hat und Mitglied in einem Turn- oder Sportverein des NTB ist.

Was kostet ein Lehrgangsbesuch?

Eine Eigenbeteiligung der Teilnehmer/innen wird erhoben. Der Betrag wird vor Ort eingenommen oder kann im Vorfeld auf das Konto des ausrichtenden Turnkreises überwiesen werden. Teilnehmer/innen anderer Landesturnverbände zahlen den doppelten und Teilnehmer/innen ohne Vereinsmitgliedschaft zahlen den 4-fachen Betrag.

Wie melde ich mich an?

Zu den einzelnen Lehrgängen ist eine frühzeitige Anmeldung erforderlich, da die Lehrgänge nur bei genügender Teilnehmer/innenzahl durchgeführt werden. Sollte ein Lehrgang aufgrund zu geringer Beteiligung nicht stattfinden, erfolgt eine Benachrichtigung. Die Anmeldung erfolgt bitte schriftlich oder telefonisch bei der in den jeweiligen Veranstaltungen angegebenen Person.

Welche Inhalte haben die Lehrgänge?

Die Inhalte der Lehrgänge sind mit den Rahmenrichtlinien des DOSB abgestimmt und orientieren sich an den Entwicklungen im Breiten- und Freizeitsport. Gern nehmen wir Wünsche und Anregungen unserer ÜL auf.

Wie oft kann ich einen Lehrgang besuchen? / Lizenzverlängerung

Um die Lizenz zu verlängern müssen innerhalb der 4 Jahre Gültigkeitsdauer einer Lizenz Fortbildungen in einem Umfang von 15 Lerneinheiten (LE) besucht werden. Es dürfen ruhig auch mehr als 15 LE sein...

Wird kein Fortbildungsnachweis erbracht, wird die Lizenz ungültig. Daher sollten bereits vor Ablauf der Lizenzen Fortbildungen besucht werden.

Bei Inhaber/innen der 2. Lizenzstufe wird bei Verlängerung dieser die 1. Lizenzstufe gleich mit verlängert.

Zur Verlängerung bitte die Kopie der Lizenz mit den entsprechenden Fortbildungsnachweisen als Kopie und einer unterschriebenen Verhaltensrichtlinie „Schutz vor sexualisierter Gewalt gegen Kinder und Jugendliche im Sport“ an die Landesturnschule Melle einreichen.

Landesturnschule Melle

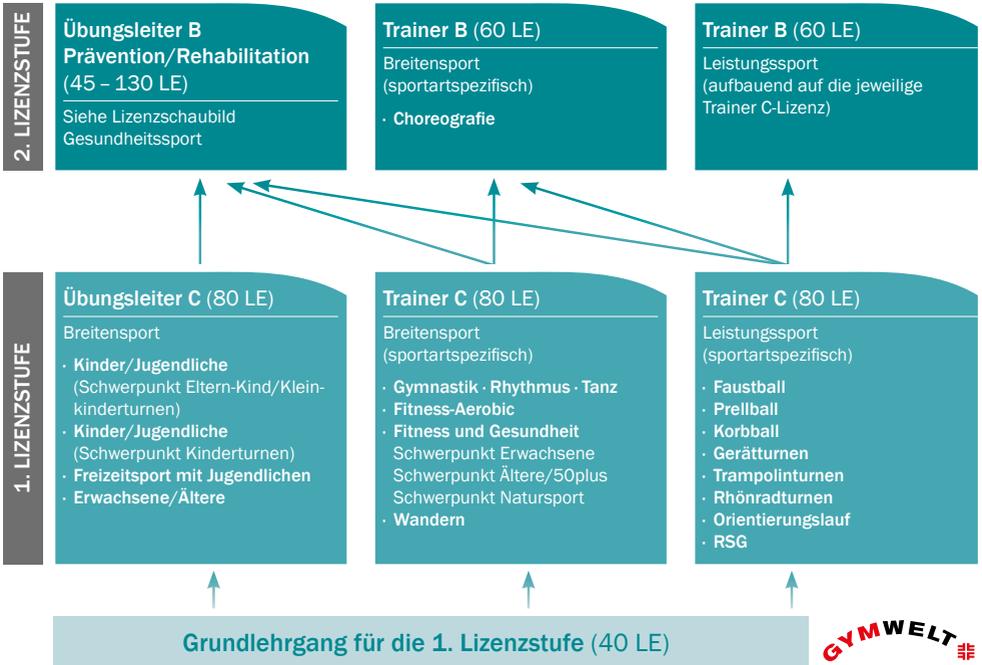
Friedrich-Ludwig-Jahn Str. 16
Landesturnschule
49324 Melle

Tel.: 05422/9491-0
Fax: 05422/9491-24
E-Mail: LTS@NTBwelt.de

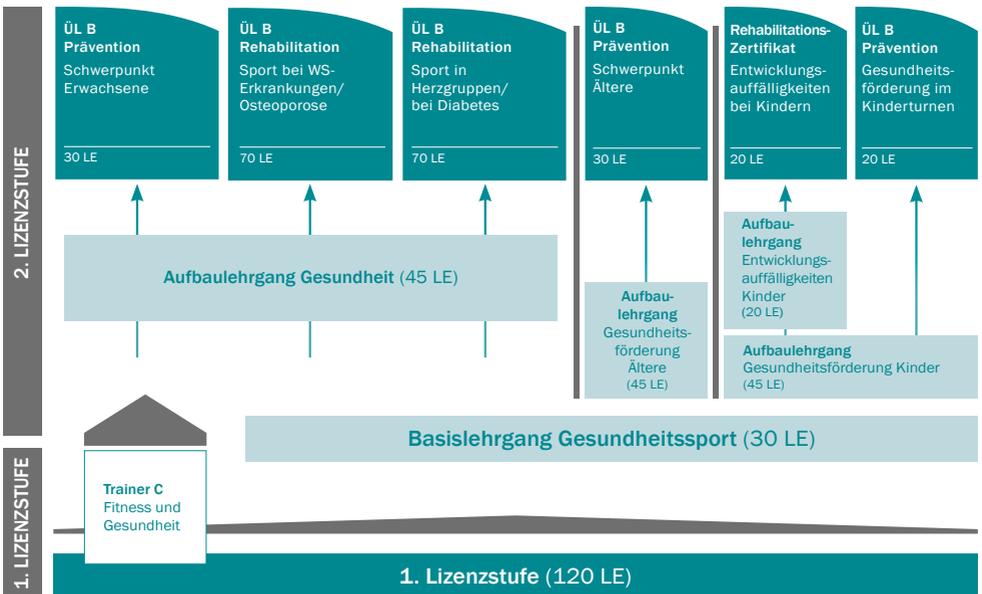


Das NTB-Ausbildungssystem

Lizenzbildungen im Freizeit-, Breiten- und Leistungssport



Lizenzsystem 2. Lizenzstufe Gesundheitssport



Abschlusslehrgang Gesundheit, 2. Lizenzstufe (70 LE)

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

Nr. 91/19 LTS Melle

Teil 1: Mo. – Fr.: 25.11. – 29.11.2019
Teil 2: Fr. – So.: 14.02. – 16.02.2020
Bad Bevensen

Anmeldung/Informationen zu den Ausbildungen über:

Roy de Meij
Tel.: 04186/8958884
Fax: 04186/8953026
Roy.deMeij@NTB-infoline.de

oder

Landesturnschule Melle
Tel.: 05422/9491-0
Fax: 05422/9491-24
LTS@NTB-infoline.de



Grundlehrgang 1. Lizenz, 2018, Bad Bevensen

Entspannung mit smovey

Sa., 12.01.2019, 9.00 - 13.00 Uhr (4 LE), Bardowick
Nadine Laudahn

Nr.: 01/19 LG
Kosten: 10,- €

Das smovey-Training ist eine Kombination aus bewährten traditionellen und aktuellen Bewegungs-, Balance-, Atem- und Koordinationsübungen. Durch die Schwungmasse (Kugeln) im Ring, ist ein individuelles Training unabhängig von Alter und Fitnesszustand möglich. Das Gerät ist auch für den Reha-Sport und in der Integration einsetzbar.

Anmeldung/Information:

Annegret Meyer
Tel.: 04131/79545
meyeramlg@t-online.de

**Kinderturn-Abzeichen,
Turntiger TeamWettkampf & Co**

Sa., 19.01.2019, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE), Suderburg
Heike Kilian

Nr.: 2/19 UE
Kosten: 10,- €

Du bist auf der Suche nach neuen Ideen für ein Sportevent im Bereich Kinderturnen? Dann lerne die Materialien des NTB/NTJ bzw. DTB/DTJ kennen. Mit z.B. „Fit wie ein Turnschuh“, dem „Kinderturnabzeichen“ oder dem „Turntiger-TeamWettkampf“ können wir das Kinderturnen bereichern und viel Bewegung in die Turnhalle bringen.

Anmeldung/Information:

Heike Kilian
Tel.: 05826/950834
heike.kilian@mail.de



Bewegte Entspannung

Sa.: 26.01.2019, 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE),
Bad Bevensen

Nr.:3/19 UE
Kosten: 20,- €

Wie in jedem Jahr startet der Turnkreis Uelzen mit der Bewegten Entspannung ins neue Jahr. In Theorie und Praxis erhalten die ÜL wieder viele Tipps für einen entspannten Alltag. Das detaillierte Programm wird kurzfristig festgelegt. Geplant ist u.a. das Thema Füße.

Anmeldung/Informationen:

Angela Lapöhn
Tel.: 05824/3559
ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de

Pilates für Einsteiger

Sa., 02.02.2019, 14.00 – 17.30 Uhr (4 LE), Dannenberg
Gudrun Garbe-Köhnecke

Nr.: 4/19 DAN
Kosten: 10,- €

Pilates ist das Training der stabilen Körpermitte. Über die Zentrierung stabilisieren wir das „Powerhouse“, die Atmung regelt den Bewegungsfluss, die Beweglichkeit des gesamten Körpers wird trainiert und es wird intensiv an der Körperwahrnehmung gearbeitet. In diesem Lehrgang erlernen die Teilnehmer die Grundbegriffe des Trainings, die Möglichkeiten und die Übungen in den Alltag zu übertragen. Zum Einsatz kommen diverse Handgeräte, die für dieses Training entwickelt wurden und in vielen Sporthallen bereits vorhanden sind (Bälle, Rollen, Bänder etc.). Eine Entspannungseinheit rundet den Lehrgang ab.

Anmeldung/Information:

Nicole Walther
Tel.: 05846/979093
nicole@walther-gartow.de



Rund um den Ball „Yacaranda und mehr“ - Teil 1

Sa., 16.02.2019, 10.00 – 14.00 Uhr (5 LE), Uelzen
 Angela Lapöhn, Gudrun Garbe-Köhnecke

Siehe Lehrg.-Nr. 2/34/9866
 KSB Uelzen

Bälle sind in vielen Varianten in jeder Sporthalle vorhanden. Vor allem im spielerischen Bereich sind sie sehr gut einsetzbar. Die TN lernen „spielend“ das Miteinander in der Gruppe, Trainingsreize werden durch das Wettkampf-Erleben ge- und umgesetzt, koordinative Fertigkeiten werden geschult, trainiert und auch im funktionalen Bereich unterstützen die verschiedensten Bälle. Zum Einsatz kommen u.a. Redondo, Yacaranda-, Pezzi-, Tennis-, Toning-, Tischtennisbälle und wie sie alle heißen - Kreativität ist gefragt!

Im 2. Teil der Fortbildungsreihe (Lehrgang Nr. 19/19 TK UE) werden die Inhalte vertieft und variiert; die Teilnahme an nur einem Teil ist möglich.

Anmeldung bitte über den KreisSportBund Uelzen

**FORTBILDUNGEN – ÜBUNGSLEITER/INNEN B (2. LIZENZ)****FEBRUAR****Stressbewältigung und Entspannung in der Turnhalle**

Sa. - So., 23.02.–24.02.2019 (15 LE),
 Bad Bevensen
 Inga Sabrina Engelmann-Beck

Nr.: 245/19 LTS Melle
 Kosten: s. gesonderte Ausschreibung der LTS Melle

Ein ganzes Wochenende voller Übungen und Erfahrungen, wie man Entspannungstechniken möglichst schnell in den Alltag und in die Übungsstunden integrieren kann. Im Vordergrund stehen die Selbsterfahrung und das Üben.

Anmeldung/Informationen:

Landesturnschule Melle / www.ntbwelt.de
 Tel.: 05422/9491-0
 LTS@NTBwelt.de



**Beweglichkeit und Kraft für Schultergürtel
und Halswirbelsäule**

Sa., 09.03.2019, 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE), Bad Bevensen
Claudia Reissdorff

Nr.: 5/19 UE
Kosten: 30,- €

Verspannungen in der Muskulatur der Halswirbelsäule und des Schultergürtels sowie Erkrankungen durch Verschleiß oder Verletzungen können zu Schmerzen und Bewegungseinschränkungen in der oberen Extremität führen. Um Beschwerden zu lindern und weiteren Schonhaltungen entgegenzuwirken, ist es unerlässlich, sich weiterhin gezielt zu bewegen.

Unter Berücksichtigung unterschiedlicher Krankheitsbilder der oberen Extremität werden verschiedene Möglichkeiten der Kräftigung, Dehnung und Mobilisation vorgestellt. Zur Verbesserung der Kraft und Beweglichkeit werden funktionsgymnastische Übungen mit Kleingeräten wie z.B. Brasils, Therabändern und Schwungstäben eingesetzt. Zur Entspannung und Mobilisation werden Übungsfolgen aus der Feldenkrais-Methode durchgeführt.

Anmeldung/Information:

Gudrun Garbe-Köhnecke
Tel.: 0160/8410854
gudrun.koehnecke@hotmail.de

Rope Skipping Treff

Sa., 09.03.2019, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE),
Sporthalle am Sportplatz, Brietlingen
Nelly Krause

Nr.: 6/19 LG
Keine Kosten

Ein Trainingstreffen für Einsteiger sowie Fortgeschrittene. Je nach Bedarf wird in Gruppen geübt. ÜL können Kinder mitbringen. Anzahl der Kinder und besondere Wünsche bitte bei Nelly Krause anmelden.

Anmeldung/Information:

Nelly Krause
Tel.: 04133/410274
nelly.krause@freenet.de

Resilienz und Achtsamkeit

Sa., 16.03.2019, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE), Melbeck
Inga Sabrina Engelmann-Beck

Nr.: 7/19 LG
Kosten: 10,- €

Stress ist ein Begleiter in unserem Leben. Eine Stressbewältigung durch persönliche Nutzung verschiedener Ressourcen, ist eine Möglichkeit, die man Resilienz nennt. Ein Kennenlernen der Möglichkeiten ist euch in dieser Fortbildung sicher.

Anmeldung/Information:

Annegret Meyer
Tel.: 04131/79545
meyeramlg@t-online.de

Fitballtrommeln für Ältere

Sa., 16.03.2019, 14.00 – 17.30 Uhr (4 LE), Dannenberg
Gudrun Bachmann (Drums Alive Instruktör)

Nr.: 8/19 DAN
Kosten: 10,- €

Die Trommel ist eines der ursprünglichsten Instrumente der Welt. Menschen, die mit Trommeln arbeiten, werden merklich ruhiger und ausgeglichener; die Konzentration und die senso-motorischen Fähigkeiten werden geschult. Mit Älteren, die nicht so lange stehen können, gibt es die Möglichkeit auf einem Hocker oder Stuhl sitzend, mit dem Ball davor, zu agieren. In diesem Lehrgang werden vielfältige Bewegungskombinationen zu rhythmischer Musik und auch Koordinationsspiele angeboten. Endorphine werden freigesetzt und der Spaßfaktor kommt ebenso nicht zu kurz!

Anmeldung/Information:

Nicole Walther
Tel.: 05846/979093
nicole@walther-gartow.de



Pfälzer Wein
Marianne Knackstedt

Verkauf ab Lager Bad Bodenteich
Weinprobe nach telefonischer Vereinbarung

29389 Bad Bodenteich, Fileitzen 19
Tel. (0 58 24) 98 51 90, Fax 98 51 92

Mutter-Kind Turnen

Sa., 16.03.2019, 10.30 – 14.30 Uhr (5 LE), Suderburg
Christiane Kind

Nr.: 9/19 UE
Kosten: 15,- €

Die Phantasie spielt mit, gemeinsam werden wir über Bilderbücher und Geschichten, die Halle in einen Erlebnisparcour verwandeln. Wagnis und Mut lösen bei ÜL und Eltern oft Fragen aus, wenn es dabei um Sicherheit und Unterstützung geht, diese werde ich dabei gerne berücksichtigen und erläutern. Gemeinsames ausprobieren und neues entdecken stehen dabei im Vordergrund.

Anmeldung/Information:

Heike Kilian

Tel.: 05826/950834

heike.kilian@mail.de



FORTBILDUNGEN – ÜBUNGSLEITER/INNEN C (1. LIZENZ)

MÄRZ

Ein Tag für mich – den Alltag relaxter (er)leben

Sa., 23.03.2019, 10.00 – 16.00 Uhr (8 LE), Westerweyhe

Nr.: 10/19 UE
Kostenfrei

Eine Kooperationsveranstaltung der AOK und dem Niedersächsischen Turner Bund. Raus aus dem Alltag, entspannen, die Seele baumeln lassen sowie Kraft, Leichtigkeit, Freude tanken und Neues erfahren. Ein trotz aller Abwechslung entspanntes Programm haben der Turnerbund und die AOK zusammengestellt.

Anmeldung/Information:

Angela Lapöhn

Tel.: 05824/3559

ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de



Beckenbodengymnastik für Frauen

Sa., 30.03.2019, 10.00 – 14.00 Uhr (5 LE),
 Bad Bevensen
 Hildelies Stephan

Nr.: 11/19 UE
 Kosten: 15,- €

Der Lehrgang beginnt mit einer Einführung in die Anatomie und Funktionsweise der Beckenbodenmuskulatur. Im Trainingsprogramm wird Schritt für Schritt gezeigt, erklärt und geübt, wie man mit einfachen, aber wirkungsvollen Übungen diese Muskulatur bearbeiten, kräftigen und entspannen kann. Die Körperwahrnehmung wird hier eine große Rolle spielen. Eine Entspannungseinheit wird den Lehrgang abrunden.

Anmeldung/Information:

Gudrun Garbe-Köhnecke
 Tel.: 0160/8410854
 gudrun.koehnecke@hotmail.de



**Bio Kiste: Feldfrischer
 Genuss direkt ins Haus!**

**Elbers Hof**

An der Kirche 5
 29596 Nettelkamp
 Telefon (0 58 02) 40 49
 E-Mail info@elbers-hof.de

Viele Naturkostprodukte
 einfach online bestellen.

www.elbers-hof.de

Prävention: Gesundheitsförderung im Kinderturnen
Rehabilitation: Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern
Markenzeichen: Bewegungs Kita



Alltagsmaterialien und Rhythmus

Sa., 18.05.2019, 9.45 – 17.00 Uhr (8 LE), Lüneburg
 Eva Zurmühlen

Nr.: 12/19 LG
 Kosten: 35,- €

Die Referentin zeigt in Theorie und viel Praxis, wie bei Kindern mit Alltagsmaterialien und Rhythmusspielen der Spaß an der Bewegung geweckt werden kann. Koordinative Fähigkeiten wie die Rhythmus- und Wahrnehmungsfähigkeiten werden besonders hervorgehoben.

Anmeldungen/Information:
 Andrea Baasner
 Tel.:04133/7660
 andrea-baasner@web.de

STEPHANIE MEIERJÜRGEN
 DIPL.-ING. (FH) GARTENBAU

TILL MEIERJÜRGEN
 GÄRTNERMEISTER & STAATL. GEPR. AGRARBETRIEBSWIRT

IN DEN WIESEN 6B
 29575 ALTENMEDINGEN

T 05807 - 15 15 35
 F 05807 - 15 15 36
 E INFO@MEIERJUERGEN-GARTENGESTALTER.DE
 W MEIERJUERGEN-GARTENGESTALTER.DE

MEIERJÜRGEN

DIE GARTENGESTALTER

Rückenfitness „Step by Step“

Sa., 18.05.2019, 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE),
Bad Bevensen
Anke Rennebeck

Nr.: 13/19 UE
Kosten: 30,- €

Im Gesundheitssport ist das Step-Brett in allen Stundenphasen ein vielseitig einsetzbares Trainingsgerät für Ausdauer, Kraft und Körperwahrnehmung. Durch die Höhenverstellbarkeit ist es individuell anpassbar und die Übungen werden differenziert angeboten. Auf dem Step in Bauch – oder Rückenlage sind viele Übungen effizienter oder angenehmer auszuführen als z.B. auf der Matte am Boden. Die Rücken-, Bauch- und rückenentlastende Muskulatur wird mit dem Focus auf stabiler und beweglicher Körperhaltung im Alltag bearbeitet. Zudem wird ein leichtes Step-Aerobic Training angeboten, um die Kondition zu fördern.

Die Teilnehmer erwartet ein Tag mit Theorie und viel Praxis; spannend und vielseitig.

Anmeldung/Information:

Gudrun Garbe-Köhnecke
Tel.: 0160/8410854
gudrun.koehnecke@hotmail.de

Dehnen, aber richtig!

So., 19.05.2019, 10.00 – 16.00 Uhr (7 LE),
Bad Bevensen
Anke Rennebeck

Nr.: 14/19 UE
Kosten: 25,- €

In fast jeder Übungsstunde wird gedehnt, gestreckt, gestretcht. Was wird da eigentlich gedehnt, was macht Sinn, was Unsinn? Mit welcher Methode wird gedehnt und wann? Im gesundheitsorientierten Fitnessstraining geht es in erster Linie darum, Bewegungen in ihren normalen Bewegungsradien durchführen zu können und durch das Dehnen unsere aufrechte Haltung positiv zu beeinflussen. Wir werden viele Fragen beantworten, verschiedene Dehnübungen kennenlernen, bzw. überdenken und ausprobieren.

Anmeldung/Information:

Gudrun Garbe-Köhnecke
Tel.: 0160/8410854
gudrun.koehnecke@hotmail.de

Faszienbetontes Training in Theorie und Praxis

Sa., 29.06. - 30.06.2019 (15 LE), Bad Bevensen
Wolfgang Klingebiel

Nr.: 254/19 LTS Melle
Kosten: s. gesonderte Aus-
schreibung der LTS Melle

Zu Beginn werden die anatomischen und physiologischen Grundlagen eines faszienbetonten Trainings eingängig veranschaulicht. Im praktischen Teil wird mit grundlegenden Übungen zunächst ein Gefühl für das Faszien-Training entwickelt. Darauf aufbauend wird anhand vieler Übungsbeispiele erfahrbar gemacht, wie diese Trainingsform zu einer verbesserten Körperwahrnehmung sowie mehr Spaß und Abwechslung im Trainingsalltag eingesetzt werden kann – als eigenständiges Training oder in bestehende Kursstunden. Zusammenfassend wird das faszienbetonte Training kritisch reflektiert. Kursinhalte werden u.a. sein: •Anatomie und Physiologie der Faszien/Faszienbahnen •Das Tensegrity-Modell •Triggerpunkte •Einsatz von Kleingeräten •Fascial stretch •Fascial release

Anmeldung/Information:

Landesturnschule Melle / www.ntbwelt.de
Tel.: 05422/9491-0
LTS@NTBwelt.de

**Frei bewegen in der Natur**

Sa., 24.08.2019, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE), Brietlingen
Caro Klose

Nr. 15/19 LG
Kosten: 10,- €

Sport mal draußen machen: Die Referentin gibt Anregungen, eine Fitnessstunde außerhalb der Turnhalle – auf dem Sportplatz, im Wald, im Park – zu betreiben. ÜL können mit wenig Aufwand eine Trainingsstunde an der frischen Luft durchführen.

Anmeldung/Information:

Annegret Meyer
Tel.: 04131/79545
meyeramlg@t-online.de

„GEH-Hirntraining“

Sa., 07.09.2019, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE),
Bad Bodenteich
Tina Pfitzner

Nr.: 16/19 UE
Kosten: 10,- €

Theorie: Wie wirkt sich Bewegung auf das Gehirn und die geistige Leistungsfähigkeit aus?
Praxis: In dieser Fortbildung werden verschiedene Ideen aus dem Bereich „motorisch-kognitives Dual-Tasking“ vorgestellt. Mit unterschiedlichen Materialien werden wir dabei den Schwerpunkt auf die Koordinationsfähigkeit legen und eher spielerisch vorgehen. Es geht u.a. darum, eine körperliche und eine geistige Aufgabenstellung parallel zu meistern.

Anmeldung/Informationen:

Angela Lapöhn
Tel.: 05824/3559
ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de

„Menschen mit Demenz verstehen“

Sa., 07.09.2019, 14.00 – 17.00 Uhr (4 LE),
Bad Bodenteich
Tina Pfitzner

Nr.: 17/19 UE
Kosten: 10,- €

Für ÜL ist der Umgang mit TN, die sich in ihrem Wesen verändern, eine besondere Herausforderung. In dieser Fortbildung werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie wir betroffene Menschen besser verstehen und mit stressigen Situationen umgehen können. Wie lange lassen sich erkrankte TN in unseren Gruppen integrieren? Wo ist meine persönliche Belastungsgrenze als ÜL und wie sieht es mit der Belastbarkeit der Gruppe aus?

Anmeldung/Informationen:

Angela Lapöhn
Tel.: 05824/3559
ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de

„DanceDanceDance“

Sa., 14.09.2019, 10.00 – 14.00 Uhr (5 LE), Suderburg
Laura Eder-Castañeda

Nr.: 18/19 UE
Kosten: 15,- €

Wollt Ihr eine Tanzgruppe übernehmen oder braucht ihr Input für eure Tanzstunden? Wie baue ich eine Übungsstunde für mein Training auf? Wie erleichtere ich mir den Aufbau einer Choreografie? Wie kann man die methodischen Schritte für Rhythmus, Raum und Koordination gestalten? Welche Basics gehören in welcher Altersklasse in den Tanzunterricht? Das alles und noch mehr können wir anhand von praktischen Beispielen für eure Kinder- und Jugendgruppen beantworten.

Anmeldung/Information:

Heike Kilian
Tel.: 05826/950834
heike.kilian@mail.de

Atemschule! - Warum ist richtiges Atmen wichtig?

Sa., 21.09.2019, 10.00 – 15.00 Uhr (6 LE), Suderburg
Inga Sabrina Engelman-Beck

Nr. 19/19 UE
Kosten: 15,- €

Atmung ist Leben und ein elementarer Bestandteil unseres Lebens...!
Aber Atmung kann noch so vieles mehr. Wir schauen in dieser Fortbildung die Themen Atmung und Dehnung einmal genau an, um diese beiden wichtigen Faktoren für unseren Sport und unser Leben mit tollen Übungen aus der Entspannung, dem Pilates und der Meditation zu füllen.
Eine Vielzahl an praktischen Übungen ist euch gewiss!

Anmeldung/Informationen:

Gabi Behn
Tel.: 05826/9580988
behn-suderburg@t-online.de

„Älter werden - Aktiv bleiben“

Sa., 21.09.2019, 14.00 – 17.30 Uhr (4 LE),
 Dannenberg
 Heike Kilian

Nr.: 20/19 DAN
 Kosten: 10,- €

Wenn für die „älteren Älteren“ in der Sporthalle das Gehen und Stehen immer schwieriger wird, ist es an der Zeit neue Angebote zu schaffen. In kleineren Räumen können z.B. Bewegungsangebote (zum Teil) im Sitzen eine gute Alternative sein. In dieser Fortbildung wollen wir uns mit praktischen Übungen beschäftigen, um z.B. Ausdauer- und Krafttraining, Dehnen, Spiele und Tänze für diese Altersgruppe weiterhin attraktiv zu gestalten, damit der Spaß an der Bewegung noch lange erhalten bleibt.

Anmeldung/Information:

Nicole Walther
 Tel.: 05846/979093
 nicole@walther-gartow.de

**Rund um den Ball „Yacaranda und mehr“ - Teil 2**

Sa., 28.09.2019, 10.00– 13.00 Uhr (4 LE),
 Bad Bodenteich
 Angela Lapöhn, Gudrun Garbe-Köhnecke

Nr.: 21/19 UE
 Kosten: 10,- €

Hier setzen wir die Arbeit mit dem Ball fort (siehe Lehrg.-Nr. 2/34/9866 KSB Uelzen). Bälle sind immer einsetzbar und im zweiten Teil der Fortbildung geht zum einen um die Vertiefung des Erarbeiteten, aber auch um die eigene Kreativität. Eigene Ideen mitbringen, anwenden und weitergeben; wir arbeiten miteinander und lernen spielerisch voneinander. Im funktionalen Bereich nutzen wir wieder die verschiedenen Bälle zur Unterstützung des Trainings. Der Einsatz verschiedenster Bälle kann die Übungen erleichtern, erschweren und abwandeln. Wir nutzen u.a. Redondo, Yacaranda, Pezzi, Tennis, Toning u.v.m. - Kreativität ist auch hier gefragt! Die Teilnahme an nur einer Fortbildung ist möglich, wir empfehlen beide Teile!

Anmeldung/Informationen:

Angela Lapöhn
 Tel.: 05824/3559
 ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de



Der Alltags-Fitness-Test (AFT)**- Lebenslang fit und selbständig bleiben -**Nr.: 22/19 LG
Kosten: 10,- €Sa., 02.11.2019, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE), Melbeck
Heike Kilian

Eine gute körperliche Fitness ist Voraussetzung für ein selbstständiges Leben bis ins hohe Alter.

Mit dem „Alltags-Fitness-Test“ können die körperliche Fitness (Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Mobilität) von über 60jährigen überprüft und gleichzeitig erfahren werden. Als ÜL erhalte ich ein Instrument an die Hand, mit dem ich meine TN motivieren kann und ich kann evtl. vorhandene Einschränkungen aufzeigen, um dann gezielt an den Defiziten zu arbeiten.

Anmeldung/Information:Annegret Meyer
Tel.: 04131/79545
meyeramlg@t-online**Fit Fetzig und Fantasiervoll – mit Alltagsmaterialien**Nr.: 23/19 DAN
Kosten: 10,- €Sa., 09.11.2019, 14.00 – 17.30 Uhr (4 LE), Dannenberg
Christiane Kleinke

Es kommen immer wieder neue Handgeräte auf den Markt. Doch der Verein hat nicht immer das „nötige Kleingeld“. Gibt es nicht die Möglichkeit kostengünstige Alternativen zu finden: Ja!!! Mit Haushaltsmaterialien...

Ein kleiner Einblick in diese Alternativen. Spaß mit Fliegenklatschen und Co.

Anmeldung/Information:Nicole Walther
Tel.: 05846/979093
nicole@walther-gartow.de

GERÄTTURNEN WEIBLICH TURNKREIS LÜNEBURG Kreismeisterschaft Gerätturnen

Februar 2019. Termin bei Drucklegung noch nicht bekannt.
Vereine können sich als Ausrichter bewerben.
Näheres siehe Ausschreibung!

Teilnehmen an diesem Wettkampf können alle
Gerätturngruppen aus den Vereinen. Die Besten
qualifizieren sich für die Bezirksmeisterschaft.

Information/Anmeldung/Ausschreibung:

Lars Ellmer-Kiehn
Tel.: 04133/3358
ellmer-kiehn@kiehn-mobile-freizeit.de



Pokalwettkämpfe Gerätturnen

November 2019. Termin bei Drucklegung noch nicht bekannt.
Vereine können sich als Ausrichter bewerben.
Näheres siehe Ausschreibung!

Information/Anmeldung/Ausschreibung:

Lars Ellmer-Kiehn
Tel.: 04133/3358
ellmer-kiehn@kiehn-mobile-freizeit.de

Barth-Catering

Unser Partyservice !!!

Alles, was man feiern kann und will !

Von 10 - 1000 Personen

In unseren Räumlichkeiten
bis 600 Personen

Bei Ihnen zuhause

In der von Ihnen
gewünschten Lokalität

Alexander O. Barth

c/o Nordzucker AG
Heinrichstr. 7 a
29525 Uelzen

www.barth-catering.de




vivanti

Genießen & Wohlfühlen

**Betriebsrestaurant
"Zuckerrübe"**

Mittagstisch
Mo.-Fr. 12.00-14.00 Uhr

Rufen Sie an ! Tel.: 0581- 8 91 90



ETRVSCO



Reisemobile & Caravans
Verkauf & Vermietung
Camping & Freizeitshop



KIEHN
MOBILE FREIZEIT GMBH

Am Sportplatz 2 - 21382 Brietlingen
Telefon (04133) 3358
info@kiehn-mobile-freizeit.de
www.kiehn-mobile-freizeit.de



Wir machen Ihre Reise angenehm



Reisemobile & Caravans
Verkauf & Vermietung
Camping & Freizeitshop

Forster



Unner de Bult 10, 21220 Seevetal
Telefon (04105) 69031-0
info@mobile-freizeit-maschen.de
www.mobile-freizeit-maschen.de

**Mobile Freizeit
Maschen GmbH**

Kreismeisterschaft Gerätturnen

So., 03.03.2019, Bad Bevensen

Vereine können sich als Ausrichter bewerben.
Näheres siehe Ausschreibung!

Teilnehmen an diesem Wettkampf können alle
Gerätturngruppen aus den Vereinen. Die Besten
qualifizieren sich für die Bezirksmeisterschaft.

Information/Anmeldung/Ausschreibung:

Christian Tiede, Tel.: 05807/210
tiedebauer@gmx.de

**Rope Skipping Turnkreis Lüneburg**

Freundschaftswettkampf

Sa., 16.11.2019, 10.00 Uhr, Schulsporthalle, Brietlingen

Anmeldung/Information:

Nelly Krause
04133/410274
nelly.krause@freenet.de



Neustädter Str. 8
29389 Bad Bodenteich
Tel. 0 58 24 / 98 50 77
Fax 0 58 24 / 98 50 78



K.-H. Hoppe GmbH
Bauunternehmen

**Hoppe Tief- und
Leitungsbau** GmbH

☎ 05854 / 960-0

www.hoppebau.de

Hoppe vertraut - gut gebaut!

Arbeitstagung der Vereinswanderwarte UE

Sa., 09.02.2019, 9.00 Uhr, Natendorf

Kreiswandertag UE

So., 29.09.2019, 10.00 Uhr, Natendorf

Treffpunkt NTB – Thema: Trainersuche

Mi. 20.02.2019, 19.00 Uhr, Bad Bevensen

Keine Kosten

Mit dem Treffpunkt.NTB wollen wir Deinen Alltag in Deinem Verein und Deiner Turnabteilung leichter machen. Wir werden gemeinsam diskutieren, Fragen beantworten sowie umsetzbare Lösungen entwickeln. Jeder Treffpunkt steht dabei unter einem bestimmten Thema. Wir diskutieren gemeinsam praxisnahe Beispiele um Deinen Verein im Bereich Übungsleiter -Gewinnung, -Kooperationen und Aus- und Fortbildungen zu stärken.

Anmeldung/Information:

Landesturnschule Melle / www.ntbwelt.de

Tel.: 05422/9491-0

LTS@NTBwelt.de



Turncamp

08.04 – 13.04.2019

14.10. – 19.10.2019

In Zusammenarbeit mit den Nachbarkreisen
Vereine können sich als Ausrichter bewerben
Näheres siehe Ausschreibung!

Anmeldung/Information:

Lars Ellmer-Kiehn

04133/3358

ellmer-kiehn@kiehn-mobile-freizeit.de



21. Boßeltour

Mo., 08.07.2019, 14.00 – 17.00 Uhr, Hitzacker
Kosten: 5,- €

Über eine Strecke von ca. 3 km gehen die ausgelosten Mannschaften auf einen Spaziergang mit der Boßelkugel. Am Wendepunkt gibt es eine kleine Erfrischung, dann wird dieselbe Strecke zurück geboßelt. Mit Kuchentafel und gemeinsamen Volksweisen lassen wir den Nachmittag ausklingen.

Anmeldung:

Regine Volkmann

Tel.: 05841/2102

regine.volkmann@t-online.de

ÜL B-Stammtisch

Sa. 16.11.2019, 14.00 – 16.00 Uhr, Melbeck

Zum ersten Mal wollen wir für den Gesundheitssportbereich einen ÜL-Stammtisch für alle drei Turnkreise gemeinsam anbieten. Hier wird es viele Informationen rund um den Gesundheitssport geben. Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!

Anmeldung/Information:

Annegret Meyer

Tel.: 04131/79545

meyeramlg@t-online.de



Lizenzbildungen im Freizeit-, Breiten- und Leistungssport

Grundlehrgang 1. Lizenzstufe (40 LE)

Nr.	Termin	Ort
5/19	08.03. – 10.03.2019	
	22.03. – 24.03.2019	Celle
12/19	04.07. – 08.07.2019	Verden
13/19	23.08. – 25.08.2019	
	06.09. – 08.09.2019	Verden

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich

Lizenzabschlüsse auf der 1. Lizenzstufe (80 LE)

ÜL C – Übungsleiter Freizeit- und Breiten- sport – sportartübergreifend

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

Nr.	Termin	Ort
27/19	15.07. – 19.07.2019	
	20.09. – 22.09.2019	Göttingen

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich

Trainer C Freizeit- und Breitensport – sportartspezifisch

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

Nr.	Termin	Ort
31/19	13.09. – 15.09.2019	
	27.09. – 29.09.2019	
	25.10. – 27.10.2019	
	08.11. – 10.11.2019	Celle

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

Nr.	Termin	Ort
37/19	16.09. – 20.09.2019	
	15.11. – 17.11.2019	LTS Melle

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich

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

Nr.	Termin	Ort
40/19	12.04. – 16.04.2019	
	14.06. – 16.06.2019	Verden
41/19	05.08. – 09.08.2019	
	02.10. – 04.10.2019	LTS Melle

42/19	14.10. – 18.10.2019	
	22.11. – 24.11.2019	LTS Melle

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich

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

Nr.	Termin	Ort
43/19	11.10. – 15.10.2019	
	29.11. – 01.12.2019	LTS Melle

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich

**Trainer C im Breitensport –
 Choreografie (2. Lizenzstufe/60 LE)**

Nr.	Termin	Ort
99/19	02.12. – 06.12.2019	
	07.02. – 09.02.2020	LTS Melle

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich

Ausführlichere Informationen zu den Ausbildungsprofilen, Rahmenbedingungen, Kosten etc. erhalten Sie in den o.a. Grundlehrgängen bzw. im NTB-Jahresprogramm 2019 (ehem. Lehrgangsplan).

Anmeldungen können bereits online unter www.ntbwelt.de/Bildung im Lehrgangsportal vorgenommen werden.

Lizenzbildungen im Gesundheitssport

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

Nr.	Termin	Ort
53/19	04.07. – 07.07.2019	Verden

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich

Aufbaulehrgang Gesundheit (2. Lizenzstufe/45 LE)

Nr.	Termin	Ort
57/19	23.08. – 25.08.2019	
	06.09. – 08.09.2019	Verden

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

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

Nr.	Termin	Ort
91/19	25.11. – 29.11.2019	
	14.02. – 16.02.2019	Bad Bevensen

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich



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

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

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

Weitere Informationen finden Sie im NTB-Jahresprogramm 2019 (ehem. Lehrgangsplan).

Anmeldungen können bereits online unter www.ntbwelt.de/Bildung im Lehrgangsportal vorgenommen werden.



**Ansprechpartner im Bezirk Lüneburg
 Roy de Meij**

Tel.: (04186) 8958884 · Fax: (04186) 8953026
 E-Mail: Roy.deMeij@NTBwelt.de

Vorstand Turnkreis Lüneburg:	Ansprechpartner/Kontaktdaten
Stellvertr. Vorsitzende/Beauftragte Gesundheitssport	<p><u>Annegret Meyer</u>, Tel.: 04131/79545, Wachholderweg 14, 21407 Deutsch Evern meyeramlg@t-online.de</p>
Stellvertr. Vorsitzende Finanzen	<p><u>Renate Martens</u>, Tel.: 04176/9448133, Elbufferstr. 174 a, 21395 Tespe renate@soenke-martens.de</p>
Stellvertr. Vorsitzender Fachliche Arbeit	<p><u>Lars Ellmer-Kiehn</u>, Tel.: 04133/3358, Am Sportplatz 2, 21382 Brietlingen Ellmer-kiehn@kiehn-mobile-freizeit.de</p>



Beauftragte für Fachgebiete	Ansprechpartner/Kontakt Daten
Faustball	<u>Ekhard Schenk,</u> Tel.: 05851/979600, Neuhausweg 6 21368 Dahlenburg ekhard.schenk@outlook.de
Musik	<u>Manfred Cierpinsky,</u> Tel.: 04131/61129, Gerhart Hauptmann Str. 29, 21391 Reppenstedt manfred.cierpinsky@arcor.de
Rhönrad	<u>Simone Budde,</u> Tel.: 04131/83530, Fliederstr. 9, 21337 Lüneburg simone.budde@arcor.de
Rope Skipping	<u>Nelly Krause,</u> Tel.: 04133/410274, Haidkoppel 9b, 21382 Brietlingen nelly.krause@freenet.de
Beauftragte Erwachsene	<u>Anja Schulenburg,</u> Tel.: 04131/32455, Tobackskamp 28, 21339 Lüneburg schulenburganja@gmail.co
Beauftragte Ältere	<u>Hildelies Stephan,</u> Tel.: 04131/990099, Ahornweg 13, 21365 Adendorf hildelies@googlemail.com

Position im Vorstand	Ansprechpartner/Kontaktdaten
Vorsitzende und Oberturnwartin	<p><u>Nicole Walther</u> Tel.: 05846/979093, Am Schützenplatz 9, 29471 Gartow nicole@walther-gartow.de</p>
2. Vorsitzende und Beauftragte Gesundheitssport und Aerobic	<p><u>Sabine Wulf</u> Tel.: 05851/228 (d.), OT Köhlingen Nr. 4, 21371 Tosterglope bine.wulf@t-online.de</p>
Stellvertr. Vorsitzende Finanzen	<p><u>Adelheid Höwisch</u> Tel.: 05841/1251100, Waldwinkel 12, 29439 Lüchow heidi.hoewisch@web.de</p>



WATERKant
TOUREN

Waterkant Touren ist ein alternativer Trip für Hamburg-Besucher, die die Stadt aus nicht alltäglichen Blickwinkeln kennenlernen möchten und dabei smartes Local-Wissen schätzen. Und doch versteckt sich hinter unserem Ansatz noch mehr als das. Es geht uns darum, unseren Gästen eine gute Zeit zu bescheren, wenn wir sie in kleinen Gruppen in gemütlichen VW-Bullis durch die Stadt leiten.

HAST DU FRAGEN ZU DEN WATERKANT TOUREN?

info@waterkant-touren.com
 (+49) 40 3037 3437
 www.waterkant-touren.com



Stellvertr. Vorsitzende Frauen:	Ansprechpartner/Kontaktdaten
Stellvertr. Vorsitzende Frauen	Vakant
Stellvertr. Vorsitzende Ältere	<u>Regine Volkmann,</u> Tel.: 05841/2102, Am Berge 21, 29439 Lüchow
Stellvertr. Vorsitzende Kinder und Jugend	<u>Karin Klaucke,</u> Tel.: 05862/8764, Mühlenweg 4, 29456 Hitzacker
Stellvertr. Vorsitzender Verwaltung	<u>Uwe Robohm,</u> Tel.: 05846/629, Hahnenberger Str. 56, 29471 Gartow
Internetbeauftragte	<u>Adelheid Höwisch,</u> Tel.: 0170 2054037, Waldwinkel 12, 29439 Lüchow heidi.hoewisch@web.de
Ehrenvorsitzender und Pressewart	<u>Hans-Jürgen Bosselmann,</u> Tel.: 05846/390, Hahnenberger Str. 17; 29471 Gartow vorsitzender@ksb-dan.de

Vorstand Turnkreis Uelzen	Ansprechpartner/Kontaktdaten
Vorsitzende	<u>Gudrun Garbe-Köhnecke,</u> Tel.: 05824/1641, Gartenstr. 16, 29389 Bad Bodenteich gudrun.koehnecke@hotmail.de
Stellvertr. Vorsitzende Gesundheitssport und Ältere	<u>Angela Lapöhn,</u> Tel.: 05824/3559, Im Kleifeld 15a, 29389 Bad Bodenteich ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de
Komm. stellvertr. Vorsitzende Finanzen	<u>Heike Kilian,</u> Tel.:05826/950834, Wiesengrund 10, 29556 Suderburg heike.kilian@mail.de
Stellvertr. Vorsitzende Frauen und Fachliche Arbeit (Oberturnwartin)	<u>Gabi Behn,</u> Tel.: 05826/9580988, Im Hussen 5, 29556 Suderburg behn-suderburg@t-online.de
Stellvertr. Vorsitzender Gerätturnen	<u>Christian Tiede,</u> Tel.: 05807/210, Fax: 05807/97925, Reisenmoor 2, 29575 Altenmedingen tiedebauer@gmx.de
Stellvertr. Vorsitzende Presse	<u>Manuela Tewes-Heidinger,</u> Tel.: 0581/30652, Gärtnerweg 11, 29525 Uelzen tewes-heidinger@t-online.de
Stellvertr. Vorsitzende Kinder und Jugend, Homepage-Beauftragte	<u>Heike Kilian,</u> Tel.:05826/950834, Wiesengrund 10, 29556 Suderburg heike.kilian@mail.de
Wanderwart	<u>Bernd Wedell,</u> Tel.: 05822/2498, Haarstorf Nr. 4 bernd.wedell@t-online.de

Anschriften im Überblick

Geschäftsstelle

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

- Vereinskommunikation und -entwicklung
- GYMWELT
- Bürgerschaftliches Engagement
- Veranstaltungen
- Kommunikation
- Finanzen und Verwaltung
- Turnerjugend



Landesturnschule Melle

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

- Lehrgänge
- Übungsleiterausbildungen
- Seminar- und Gästehaus



Jugendbildungsstätte Baltrum

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

- Freizeiten
- Lehrgänge und Seminare
- Zeltplatz



Turn- und Sportfördergesellschaft

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

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



www.NTBwelt.de

Hinweis zum Datenschutz

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