



2020

# 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.

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	Seite 04
Lehrgangsinformationen	Seite 05
<b>Ausbildungen</b>	
Grundlehrgang 1. Lizenzstufe für alle Profile (40 LE)	
ÜL C im Freizeit-, Breiten- und Leistungssport - Brietlingen	Seite 06
Grundlehrgang 1. Lizenzstufe für alle Profile (40 LE)	
ÜL C im Freizeit-, Breiten- und Leistungssport - Bad Bevensen	Seite 06
Trainer C Freizeit- und Breitensport - Gerätturnen 1. Lizenzstufe (80 LE)	Seite 06
Abschlusslehrgang Gesundheitssport 2. Lizenzstufe (70 LE)	
ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ - „Sport bei WS-Erkrankungen/Osteoporose“	Seite 07
<b>Fortbildungen – Übungsleiter/innen C (1. Lizenzstufe)</b>	
Bewegte Entspannung	Seite 08
"Minitramp für KITA, Schule und Verein" (ÜL C Kinder/Jugendliche)	Seite 08
Alles in „Ball“ance	Seite 09
Anregungen zum Einstieg und Abschluss von Turnstunden (ÜL C Kinder/Jugendliche)	Seite 09
Modernes Rückentraining mit Gabi Fastner	Seite 10
Rope Skipping Treff	Seite 11
Ko-Fit/Stab	Seite 12
Walking mit Kleingeräten	Seite 13
Draußensport / Park Sport – Intervalltraining	Seite 13
Tanzen im Sitzen und auf der Fläche für Senioren	Seite 14
Locker vom Hocker - Gymnastik mit und auf dem Hocker	Seite 15
Tabata	Seite 16
Baby-Gymnastik und Spielanregungen zur Förderung der Entwicklung (ÜL C Kinder/Jugendliche)	Seite 17
Ein Tag für mich – den Alltag relaxter (er)leben	Seite 20
<b>Fortbildungen - Übungsleiter/innen B (2. Lizenzstufe)</b>	
Special Progressive Muskelentspannung	Seite 11
Psychomotorische Bewegungsförderung/Förderturnen (ÜL B Kinder/Jugendliche)	Seite 14
Kursleiterschulung: Trittsicher durchs Leben	Seite 15
Beweglichkeit und Kraft für den Rücken und Bandscheiben - Hilfe bei Beschwerden -	Seite 16
Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes	Seite 17
Das Alltags-Trainings-Programm	Seite 19
<b>Wettkämpfe</b>	Seite 22
<b>Veranstaltungen</b>	Seite 26
<b>Kreisturntage</b>	Seite 27
<b>Adressen</b>	Seite 30

Liebe Übungsleiterinnen, liebe Übungsleiter!

Ihr habt das neue Jahresprogramm erhalten. Wir haben versucht, Eure Wünsche und Anregungen aus den vergangenen Veranstaltungen zu berücksichtigen. Nun entscheidet Ihr, welchen Lehrgang oder welche Veranstaltung Ihr besuchen möchtet. Wir sind gespannt, ob wir die richtigen Themen aufgegriffen haben.

Im Turnkreis Lüchow-Dannenberg gab es zudem erneut eine personelle Veränderung. Sabine Wulf hat die Aufgaben der Vorsitzenden von Nicole Walther übernommen. Viel Erfolg dafür!

Im Jahr 2020 werden wir in allen drei Turnkreisen wieder Kreisturntage veranstalten. Wir hoffen auf rege Beteiligung und gute Gespräche, denn diese Veranstaltungen sollten auch ein Austausch sein. Zudem freuen wir uns auf das Landesturnfest in Oldenburg. Vom 20.-24.05.2020 trifft sich die große Gemeinschaft der Turner in Oldenburg zu einem Fest mit vielen Highlights, Mitmachangeboten, Vorführungen und Wettkämpfen. Wir hoffen, Ihr habt Euch den Termin vorgemerkt und macht dieses Fest zu einem Erfolg!

Grundausbildungen in Brietlingen und Bad Bevensen werden wir ebenfalls wieder begleiten und weiter daran arbeiten, Menschen zu Übungsleitern auszubilden, zu fördern und für unseren Sport zu begeistern.

Hinweisen möchten wir an dieser Stelle auch auf den „Stammtisch“, den wir in 2020 speziell für den Gesundheitssportbereich anbieten möchten. Hier wird es viele Informationen rund um den Gesundheitssport und die neuen Kurse geben.

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



Gudrun Garbe-Köhnecke  
Vorsitzende  
Turnkreis Uelzen



Sabine Wulf  
Komm. Vorsitzende  
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 Inhabern\*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



**Grundlehrgang 1. Lizenzstufe für alle Profile (40 LE)  
ÜL C im Freizeit-, Breiten- und Leistungssport**

Teil 1: Fr. – So.: 12.06. – 14.06.2020

Teil 2: Fr. – So.: 19.06. – 21.06.2020

Brietlingen

Nr. 10/20 LTS Melle

**Grundlehrgang 1. Lizenzstufe für alle Profile (40 LE)  
ÜL C im Freizeit-, Breiten- und Leistungssport**

Teil 1: Fr. – So.: 04.09. – 06.09.2020

Teil 2: Fr. – So.: 18.09. – 20.09.2020

Bad Bevensen

Nr. 14/20 LTS Melle

**Trainer C Gerätturnen  
im Freizeit- und Breitensport 1. Lizenzstufe (80 LE)**

Teil 1: Do. – Mo.: 16.07. – 20.07.2020

Teil 2: Fr. – So.: 18.09. – 20.09.2020

Brietlingen

Nr. 41/20 LTS Melle



**Anmeldung/Informationen zu den Ausbildungen über:**

Roy de Meij  
Tel.: 04186/8958884  
Fax: 04186/8953026  
Roy.deMeij@NTBwelt.de

oder

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

### **Abschlusslehrgang Gesundheitssport 2. Lizenzstufe (70 LE) ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ – „Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Osteoporose“**

Nr. 94/20 LTS Melle

„Dass Wirbel nicht auf Wirbel reiben, gibt’s dazwischen eine Scheibe“. Hier qualifizieren sich Übungsleitende für Vereinsangebote im Rehabilitationssport, insbesondere für Personen mit orthopädisch-rheumatischen Erkrankungen am Bewegungsapparat, wie zum Beispiel bei:

- Rückenbeschwerden
- Bandscheibenvorfall
- Gelenkarthrose
- Osteoporose
- Rheuma

Dieser Lizenzabschluss berechtigt zur Beantragung zur Leistungserbringung im Rahmen des Rehabilitationssports gegenüber Krankenkassen und zur Beantragung des Qualitätssiegels „Pluspunkt Gesundheit.DTB“.

Teil 1: Fr. – So.: 06.11. – 08.11.2020

Teil 2: Fr. – So.: 20.11. – 22.11.2020

Teil 3: Fr. – So.: 19.02. – 21.02.2021

Bad Bevensen



### **Anmeldung/Informationen zu den Ausbildungen über:**

Roy de Meij  
Tel.: 04186/8958884  
Fax: 04186/8953026  
Roy.deMeij@NTBwelt.de

oder

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

**Bewegte Entspannung**

Sa.: 11.01.2020, 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE),  
Bad Bevensen

Nr.:1/20 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 Achtsamkeit.

**Anmeldung/Information:**

Angela Lapöhn  
Tel.: 0170/5220567  
ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de

**„Minitramp für KITA, Schule und Verein“**

Sa., 08.02.2020, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE),  
Sudenburg  
Tina Behrens

Nr.: 2/20 UE  
Kosten: 10,- €

Diese Fortbildung richtet sich an Teilnehmer\*innen ohne oder nur mit geringen Vorkenntnissen im Trampolinturnen, angehende ÜL, ÜL im Breitensport, Lehrer\*innen, Erzieher\*innen, etc. Alter ab 14 Jahren, körperliche Fitness wird vorausgesetzt!

Sicherheitsbestimmungen, Gerätekunde, Allgemeine Erwärmung und funktionelle Gymnastik, Gerätegewöhnung, Aufbauvariationen mit und ohne Hilfestellung, Strecksprünge und Fußsprungschrauben, Salto vorwärts gehockt.

Die Teilnehmer\*innen dieses Lehrganges sind qualifiziert und berechtigt das Minitrampolin im Sport aufzubauen, einzusetzen und zu benutzen.

**Meldeschluss: 24.01.2020** / Achtung begrenzte Teilnehmer\*innenzahl! Die Aufnahme erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen!

**Anmeldung/Information:**

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



**Alles in „Ball“ance**

Sa., 15.02.2020, 14.00 – 17.30 Uhr (4 LE),  
Dannenberg  
Angela Lapöhn/Gudrun Garbe-Köhnecke

Nr.: 3/20 DAN  
Kosten: 10,- €

Gleichgewichtstraining - wie kann man am effektivsten trainieren? Mit und auf einem Ball? Auf Balancepads? Beides zusammen? In dieser Fortbildung werden diverse Bälle in Kombination mit instabilen Untergründen zum Einsatz kommen. Was ist in der eigenen Halle vorhanden, was kann ich ersetzen, wie kann ich Trainingsreize setzen? Ein theoretischer Einstieg und viel Praxis für eine „runde“ Stunde.

**Anmeldung/Informationen:**

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

**Anregungen für den Einstieg und Abschluss von Turnstunden**

Sa., 29.02.2020, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE),  
Sudenburg  
Christine Rimane

Nr.: 4/20 UE  
Kosten: 10,- €

Du suchst Ideen für den Stundeneinstieg und -abschluss deiner Turnstunden? Kreativität, Inspiration und Freude: Eine Fortbildung zur sinnvollen Gestaltung von Einstiegen und Abschlüssen, zur Förderung von koordinativen und konditionellen Fähigkeiten in einer breitensportorientierten Kinderturnstunde.

**Anmeldung/Information:**

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



**Modernes Rückentraining mit Gabi Fastner**

So., 01.03.2020, 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE),  
Sudenburg  
Gabi Fastner

Nr.:5/20 UE  
Kosten: 25,- €

In diesem Tageslehrgang variieren wir klassische Wirbelsäulengymnastik Übungen. Ich zeige Dir wie Du Deine Teilnehmer\*innen immer wieder aufs Neue herausfordern und motivieren kannst. Eine perfekte Kombination aus Tiefenmuskeltraining und Kräftigung der Oberflächenmuskulatur ist das Resultat! Es erwarten Dich viele Übungsideen für Deine Rücken-Kurse, mit und ohne Kleingeräte.



Gabi Fastner ist bekannt durch Ihre Auftritte in der beliebten Fernsehserie TELEGYM und ihren erfolgreichen YouTube Kanal. Viele kennen Gabi Fastner auch von Ihren Fortbildungen und Workshops auf Kongressen.

Sie ist staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin und gibt ihr umfangreiches Fachwissen als Dozentin an einer Schule für angehende Gymnastiklehrer/innen weiter. Sie ist Vorstandsmitglied des DGyMB (Deutscher Gymnastikbund).

In den letzten Jahren hat sie zudem mehrere Trainingsgeräte und Trainingskonzepte entwickelt, darunter TOGU® Brasil“, „Funktionelles Figurtraining“ und „mein Yoga“. Sie ist mehrfache Fachbuchautorin in den Bereichen Fitness und Gesundheit.

**Anmeldung/Information:**

Angela Lapöhn

Tel.: 0170/5220567

ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de



**Special Progressive Muskelentspannung**

Fr. – So., 06.03. – 08.03.2020 (15 LE),  
 Bad Bevensen  
 Inga Sabrina Engelmann-Beck

Nr.: 280/20 LTS Melle  
 Kosten: s. gesonderte Ausschreibung  
 der LTS Melle

Progressive Muskelrelaxation (PMR) optimal in die Sportstunde integrieren oder davon einen eigenen Kurs machen? Ihr wollt euer Wissen zu diesem Thema erweitern oder vertiefen und viele spannende Einsatzmöglichkeiten erfahren und kennenlernen... dann ist das der richtige Kurs für Euch!

**Anmeldung/Information:**

Landesturnschule Melle / [www.ntbwelt.de](http://www.ntbwelt.de)  
 Tel.: 05422/9491-0  
 LTS@NTBwelt.de

**Rope Skipping Treff**

Sa., 14.03.2020, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE),  
 Sporthalle am Sportplatz, Brietlingen  
 Nelly Krause

Nr.: 6/20 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](mailto:nelly.krause@freenet.de)

**Ko-Fit/Stab**

Sa., 21.03.2020, 10.00 – 14.00 Uhr (4 LE),  
 Bad Bodenteich  
 Angela Lapöhn

Nr.: 7/20 UE  
 Kosten: 10,- €

Den Stab als Kleingerät wiederentdecken für ein modernes Gesundheitstraining. Funktionelle Übungen zur Kräftigung, Mobilisation und besonders zur Schulung der Koordination werden wir erarbeiten. In Kombination mit anderen Kleingeräten oder als Hilfsmittel zum Erlernen von rückenfreundlichen Bewegungsabläufen ist ein Gymnastikstab ein tolles Kleingerät.

**Anmeldung/Information:**

Angela Lapöhn  
 Tel.: 0170/5220567  
 ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.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](http://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**

## Walking mit Kleingeräten

Sa., 18.04.2020, 9.00 – 13.00 Uhr (4 LE),  
Bardowick  
Nadine Laudahn

Nr.: 8/20 LG  
Kosten: 10,- €

In diesem Workshop dreht sich alles um den Walk in der Natur. So liegt es nahe, diese mit in die Kursstunde einzubeziehen. Kleingeräte wie z.B. Therabänder, smoveys in verschiedenen Ausführungen oder Gewichte werden ebenfalls mit eingebunden. Als zweiten Schwerpunkt bietet dieser Workshop u.a. Ideenvorlagen für den Umgang mit heterogenen Walkinggruppen, Ideen für Fitness- oder Spieleinheiten während der Walkingstunde.

### Anmeldung/Information:

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



## Draußensport / Park Sport – Intervalltraining

Sa., 25.04.2020, 14.30 – 18.00 Uhr (4 LE),  
Dannenberg  
Janina Thießel

Nr.: 9/20 DAN  
Kosten: 10,- €

In dieser Fortbildung wollen wir uns damit befassen, was Menschen im Vorbeigehen zum Bewegen bringt, welche Übungen sich gut für draußen eignen, welche Methoden man wählen kann und warum und auch, was grundsätzlich beim Training draußen zu beachten ist. Und natürlich probieren wir vieles auch aus. Ein bisschen Schweiß wird fließen...

### Anmeldung/Information:

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



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



### Psychomotorische Bewegungsförderung/Förderturnen

Sa., 09.05.2020, 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE),  
 Lüneburg  
 Andrea Baasner



**Pluspunkt  
 Gesundheit**  
 DEUTSCHER TURNER-BUND

1. Teil: Motivierende Spiele
2. Teil: Förderung der koordinativen Fähigkeiten und der Ausdauer

Nr.: 10/20 LG  
 Kosten: 35,- €

Das allerwichtigste in unseren Stunden ist, die Kinder mit schönen Spielideen zur Bewegung zu animieren. Durch die spielerische Förderung der koordinativen Fähigkeiten und der Ausdauer in unseren kleinen Gruppen gewinnen die Kinder an Selbstbewusstsein und Sicherheit im Umgang mit Geräten

#### Anmeldungen/Information:

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

### Tanzen im Sitzen und auf der Fläche für Senioren

So., 17.05.2020, 09.00 – 13.00 Uhr (4 LE),  
 Embsen  
 Barbara Radtke

Nr.: 11/20 LG  
 Kosten: 10,- €

Tanzen fördert die Koordination, die Konzentration und die Beweglichkeit. Tanzen macht Spaß und dient auch zur Förderung der Gemeinschaft. Grund genug das Tanzen im Sitzen und auf der Fläche auch in der Gymnastikstunde für Senioren mit anzubieten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur Spaß und Freude an der Bewegung nach Musik.

#### Anmeldung/Information:

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

**Kursleiterschulung: Trittsicher durchs Leben**

Sa., 27.06.2020, 10.00 - 17.00 Uhr (8 LE)  
Bad Bodenteich

Nr.: 266/20 LTS Melle  
Kosten: s. gesonderte Ausschreibung  
der LTS Melle

Selbständig, unabhängig und mobil bis ins hohe Alter.  
Ein niedrigschwelliges Kurskonzept, das in Kooperation mit dem Deutschen LandFrauenverband (dlv), dem Robert-Bosch-Krankenhaus Stuttgart (RBK) und dem Deutschen Turner-Bund (DTB) entwickelt wurde und sechs Kursstunden mit je 90 min vorsieht.  
Mit diesem Programm wollen wir ältere Menschen, vor allem aus dem ländlichen Raum, darin unterstützen, ihre Selbständigkeit und Unabhängigkeit zu erhalten. Die Aktivitäten des täglichen Lebens, wie beispielsweise spazieren gehen, Gartenarbeit oder das Mitwirken auf dem Betrieb, sollen bis ins hohe Alter erhalten bleiben.

**Anmeldung:**

Landesturnschule Melle / [www.ntbwelt.de](http://www.ntbwelt.de)  
Tel.: 05422/9491-0  
LTS@NTBwelt.de

**Information:**

Angela Lapöhn  
Tel.: 0170/5220567  
[ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de](mailto:ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de)

**Locker vom Hocker – Gymnastik mit und auf dem Hocker**

Sa., 05.09.2020, 10.00 – 14.00 Uhr (4 LE), Melbeck  
Angela Lapöhn

Nr. 12/20 LG  
Kosten: 10,- €

Die Fortbildung soll Anregungen geben für Übungsstunden mit und auf dem Hocker. Dazu gehören funktionelle Gymnastik, sowie auch Koordinationsübungen. Durch den Einsatz von verschiedenen Handgeräten wie z.B. Bälle, Stäbe, Übungsbänder und Alltagsmaterialien lassen sich die Übungsstunden noch abwechslungsreicher gestalten.

**Anmeldung/Information:**

Annegret Meyer  
Tel.: 04131/79545  
[meyeramlg@t-online.de](mailto:meyeramlg@t-online.de)



**Tabata**

Sa., 12.09.2020, 14.00 – 17.30 Uhr (4 LE),  
Dannenberg  
Mike Dressel

Nr.: 13/20 DAN  
Kosten: 10,- €

Wer mit geringem Zeitaufwand effektiv, schnell und intensiv sportliche Ziele verwirklichen möchte, für den ist Tabata genau das richtige Training. Tabata ist eine Sonderform des HIT und kennzeichnet sich durch einen sehr kurzen und hochintensiven Wechsel von Belastung und Erholung.

**Anmeldung/Information:**

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

**Beweglichkeit und Kraft für den Rücken  
und Bandscheiben - Hilfe bei Beschwerden -**

Sa., 12.09.2020, 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE),  
Bad Bevensen  
Claudia Reissdorff

Nr.: 14/20 UE  
Kosten: 30,- €

Wie kann ich aktiv werden - und bleiben - bei Rückenbeschwerden? Anhand von verschiedenen Krankheitsbildern werden Möglichkeiten der Bewegung, der Dehnung und der Kräftigung vorgestellt und mit viel Praxis erarbeitet.  
Welchen Einfluss haben Rückenbeschwerden auf den Alltag? Was passiert bei Bewegungseinschränkungen? Wie helfe ich meinen Teilnehmern in der Gruppe mit alltags-tauglichen Übungen und Tipps?

**Anmeldung/Information:**

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



**Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes**

Fr. – So., 18.09. – 20.09.2020 (15 LE),  
Bad Bevensen

Nr.: 223/20 LTS Melle  
Kosten: s. gesonderte Ausschreibung  
der LTS Melle

Die Fortbildungsveranstaltung dient zur Verlängerung der Herzsportlizenz. Es werden aktuelle und auffrischende Inhalte für die Arbeit in der ambulanten Herzgruppe vermittelt. Bei freien Lehrgangsplätzen besteht die Möglichkeit für Mitglieder des BNS und der LAG Kardiologie, zu den genannten Mitgliedspreisen teilzunehmen.

**Voraussetzung:**

ÜL-B Rehabilitation-Profil „Sport in Herzgruppen“

**Anmeldung/Information:**

Landesturnschule Melle / [www.ntbwelt.de](http://www.ntbwelt.de)  
Tel.: 05422/9491-0  
LTS@NTBwelt.de

**Baby-Gymnastik und Spielanregungen zur Förderung der Entwicklung**

Sa., 19.09.2020, 10.00 – 13.00 Uhr (4 LE)  
Bad Bodenteich  
Stephanie Matthies

Nr. 15/20 UE  
Kosten: 10,- €

Es werden Anregungen/Übungen zur Unterstützung der natürlichen Bewegungsentwicklung im 1. Lebensjahr vermittelt. Unter Einbeziehung von Spielanregungen wird gezeigt, wie der Stütz- und Bewegungsapparat des Säuglings gekräftigt werden kann. Eine Babypuppe ist zur Verdeutlichung der Übungen mitzubringen.

**Anmeldung/Information:**

Heike Kilian  
Tel.: 05826/950834  
[heike.kilian@mail.de](mailto:heike.kilian@mail.de)



# Kids aktiv – Das Erlebnis Kinderturnfest

**Erstmalig in  
Niedersachsen**

**02.–04. Juli 2021 in Celle**

- Drei Tage kunterbuntes Programm
- Coole Mitmachangebote und vielfältige Spiele
- Spannende Einzel- und Gruppenwettbewerbe
- Vereinssport auf der Showbühne
- Teilnahme für Kinder von 0 – 13 Jahren

**PS:** Termin eintragen und dem ereignisreichen Sommerwochenende steht nichts mehr im Wege! Ob mit dem Verein, der Jugendgruppe, der Schulklasse, der Kita oder der ganzen Familie.

**Bleib auf dem Laufenden:  
Trag Dich für den Newsletter ein.  
[www.kidsaktiv.de](http://www.kidsaktiv.de)**

**Das Alltags-Trainings-Programm**

Sa., 07.11.2020, 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE)  
Bad Bodenteich

Nr.: 267/20 LTS Melle  
Kosten: s. gesonderte Ausschreibung  
der LTS Melle

Es gibt viele Möglichkeiten bei alltäglichen Aktivitäten und ohne großen Aufwand etwas für die Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer zu tun. Der Alltag Der grundlegende Gedanke beim Alltags-Trainings-Programm (ATP) liegt darin, den Blick von „inaktiven älteren Menschen“ auf Bewegungsmöglichkeiten bleibt häufig als Gelegenheit zur Steigerung der körperlichen Aktivität unerkannt. und -herausforderungen des Alltags zu lenken.

In diesem Kurskonzept greifen die Stundenbeispiele verschiedene Alltagssituationen und -fertigkeiten auf, wie beispielsweise Treppensteigen, Tragen, Heben, Aufstehen, Liegen und vieles mehr. Jede der zwölf Kursstunden behandelt somit ein spezielles Thema mit Bezug zum Alltag.

**Voraussetzung:**

ÜL B Sport in der Prävention

**Anmeldung:**

Landesturnschule Melle / [www.ntbwelt.de](http://www.ntbwelt.de)  
Tel.: 05422/9491-0  
LTS@NTBwelt.de

**Information:**

Angela Lapöhn  
Tel.: 0170/5220567  
[ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de](mailto:ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.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

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

Sa., 14.11.2020, 10.00 – 17.00 Uhr (8 LE),  
Adendorf

Nr.: 16/20 LG  
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:**

Annegret Meyer

Tel.: 04131/79545

meyeramlg@t-online.de



**Sonnenhügel**  
★★★★ Hotel & Restaurant

Neu modernisierte Zimmer, Kosmetikanwendungen und eigener Wellnessbereich

Vitales  
Frühstücksbuffet  
für Jedermann  
(sonntags bis 12 Uhr)  
Bitte mit  
Vor Anmeldung

IHRE *Auszeit* VOM ALLTAG

Zur Amtsheide 9 · Bad Bevensen · [sonnenhuegel-bevensen.de](http://sonnenhuegel-bevensen.de)  
Gerne mit Voranmeldung: 0 58 21 - 54 10

# ERLEBNIS TURNFEST

**NTB**   
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

OLDENBURG 20.-24. Mai 2020

## DER MOMENT, DEN DU LIEBST!



**Meldebeginn:**  
**25.10.2019**

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

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

Gefördert durch

  
LandesSportStiftung  
Bewegen · Integrieren · Fördern

 **Niedersachsen**

  
LandesSportBund  
Niedersachsen e.V.

Hauptpartner



Volkswagen

 **Sparkasse**

**GERÄTTURNEN WEIBLICH TURNKREIS LÜNEBURG****Kreismeisterschaft Gerätturnen**

So., 08.03.2020, Brietlingen

Näheres siehe Ausschreibung!

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

Anmeldung/Information/Ausschreibung:

Lars Ellmer-Kiehn

Tel.: 04133/3358

info@kiehn-mobile-freizeit.de

**Pokalwettkämpfe Gerätturnen**

Sa. – So.: 28.11.- 29.11.2020, Brietlingen

Näheres siehe Ausschreibung!

Anmeldung/Information/Ausschreibung:

Lars Ellmer-Kiehn

Tel.: 04133/3358

info@kiehn-mobile-freizeit.de

**ROPE SKIPPING TURNKREIS LÜNEBURG****Freundschaftswettkampf**

Sa., 14.11.2020, 10.00 – 13.00Uhr,

Schulsporthalle, Brietlingen

Anmeldung/Information:

Nelly Krause

04133/410274

nelly.krause@freenet.de

keine Kosten

## GERÄTTURNEN WEIBLICH/MÄNNLICH TURNKREIS UELZEN

**Kreismeisterschaft Gerätturnen**

So., 01.03.2020, Bad Bevensen

Näheres siehe Ausschreibung!

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

Anmeldung/Information/Ausschreibung:

Christian Tiede

Tel.: 05807/210

tiedebauer@gmx.de



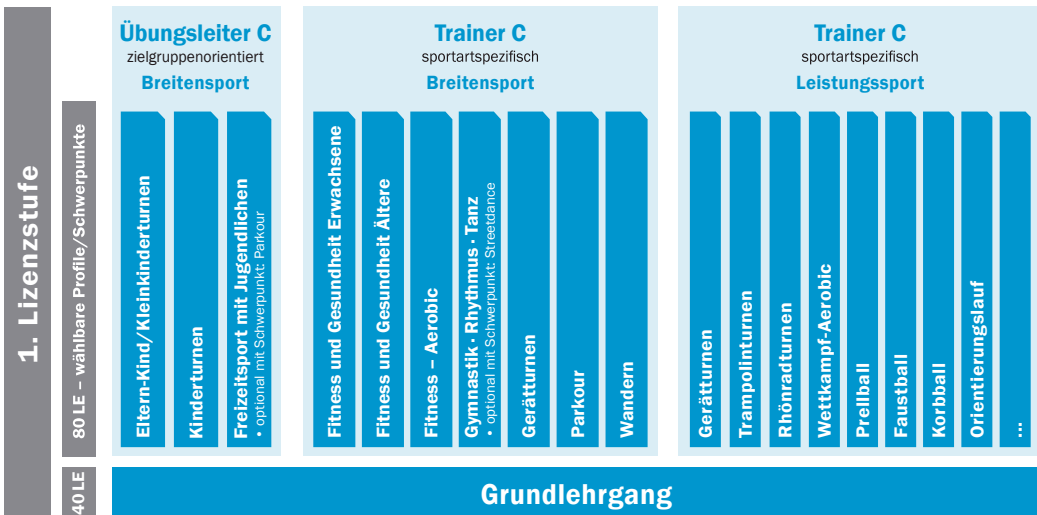
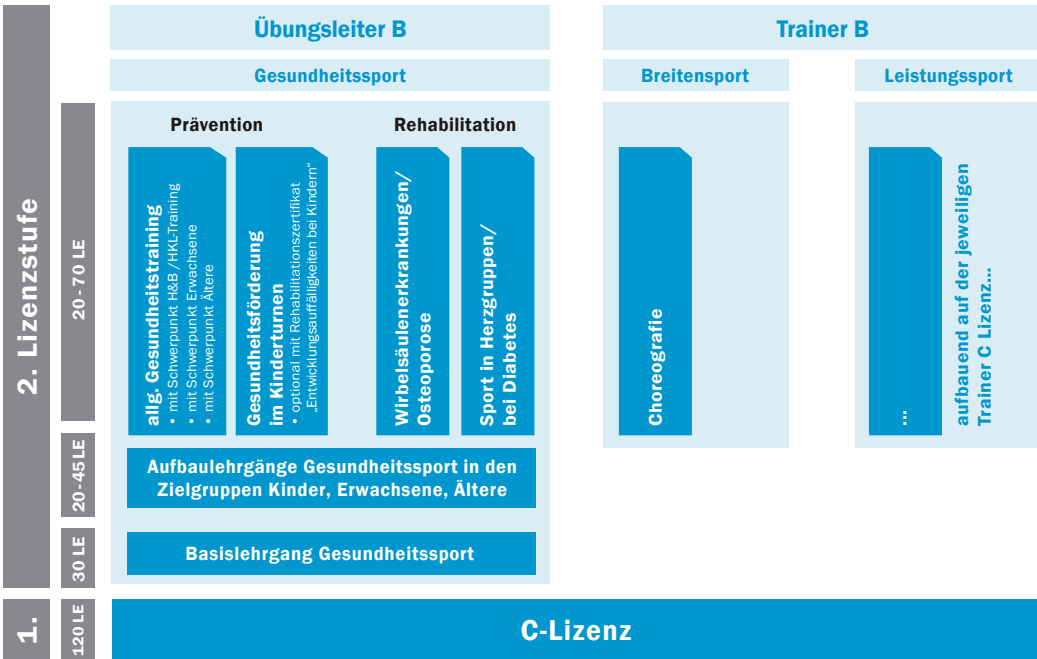
Neustädter Str. 8

29389 Bad Bodenteich

Tel. 0 58 24 / 98 50 77

Fax 0 58 24 / 98 50 78

# UNSERE ANGEBOTS- UND BILDUNGSSTRUKTUR



## Vorstufenqualifikation





## WILLKOMMEN IN DER GYMWELT.

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

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

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





Also Angebote und Kurse wie Deine.

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

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

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

Werde **GYMWELT**-Verein:

-  (0511) 980 97-44
-  (0511) 980 97-48
-  GYMWELT@NTBwelt.de
-  [www.NTBwelt.de/GYMWELT](http://www.NTBwelt.de/GYMWELT)

**NTB**   
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

**GYMWELT**   
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

## Arbeitstagung der Vereinswanderwarte UE

Sa., 15.02.2020, Ausrichter TV Uelzen

## Kreiswandertag UE

So., 27.09.2020, Ausrichter TV Uelzen

## Treffpunkt NTB – Thema: Stiftungs-Special

Mi. 17.06.2020, 18.00 – 20.30 Uhr, Bad Bevensen  
Keine Kosten

Nr.: 658/20  
LTS Melle

In unserem Stiftungs-Special bieten wir euch jede Menge Informationen zu unserer Niedersächsischen Kinderturnstiftung und ihren Angeboten. Aber auch hilfreiche Tipps zur Stellung von Anträgen und der Suche nach Stiftungen im Allgemeinen dürfen nicht fehlen. Ihr habt Projektideen und benötigt finanzielle Unterstützung? Hier könnt ihr eure Fragen direkt loswerden.

### Anmeldung/Information:

Landesturnschule Melle / [www.ntbwelt.de](http://www.ntbwelt.de)

Tel.: 05422/9491-0

LTS@NTBwelt.de



## 22. Boßeltour

Mo., 20.07.2020, 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](mailto:regine.volkmann@t-online.de)

## Kreisturntage 2020, Berichte – Ehrungen – Wahlen – Perspektiven



**Uelzen:** Sa., 14.03.2020, 10:00 Uhr, Uelzen/Holdenstedt  
**Lüchow-Dannenberg:** Sa., 14.03.2020, 15:00 Uhr, Ort wird mit Einladung bekannt gegeben!  
**Lüneburg:** Sa.; 06.06.2020, 15:00 Uhr, Adendorf

Jeder Verein hat eine Grundstimme/eine/n Delegierte\*n. Bei mehr als 200 dem NTB gemeldeten Mitgliedern ist je angefangene 200 Mitglieder ein zusätzliche/r Delegierte\*r auf dem Kreisturntag stimmberechtigt. Für die Ermittlung der Delegierten dient die Bestandserhebung für das Vorjahr, nach gemeldeten Mitgliedern unter LSB Spalte 52, Turnen.

Die Teilnahme am Kreisturntag sollte den Delegierten eine Ehre sein, dem Verein eine Selbstverständlichkeit. Delegierte können Vorstandsmitglieder, Abteilungsleiter\*innen, Übungsleiter\*innen oder interessierte Vereinsmitglieder sein. Übungsleiter\*innen bekommen 2 Lerneinheiten für die Verlängerung ihrer Lizenz anerkannt.

Der Kreisturntag wird durch Einschübe: z.B. Praxisbeispiele, Kaffee und Kuchen, Bewegungspause aufgelockert.

### ÜL B-Stammtisch

Termin wird über die Turnkreise gesondert bekannt gegeben!

Auf dem ÜL-Stammtisch für den Gesundheitssportbereich der drei Turnkreise, wollen wir uns auszutauschen und über aktuelle Informationen berichten. 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
5/20	13.03. – 15.03.2020	Verden
	20.03. – 22.03.2020	
9/20	08.05. – 10.05.2020	Celle
	15.05. – 17.05.2020	
10/20	12.06. – 14.06.2020	Brietlingen
	19.06. – 21.06.2020	
14/20	04.09. – 06.09.2020	Bad Bevensen
	18.09. – 20.09.2020	

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

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

##### ÜL C Freizeit und Breitensport – Eltern-Kind/ Kleinkinderturnen (1. Lizenzstufe/80 LE)

Nr.	Termin	Ort
22/20	05.06. – 07.06.2020	Rotenburg
	12.06. – 14.06.2020	
	03.07. – 05.07.2020	
	04.09. – 06.09.2020	

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

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

*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
31/20	19.06. – 21.06.2020	Verden
	03.07. – 05.07.2020	
	17.07. – 19.07.2020	
28.08. – 30.08.2020		

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

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

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich*

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

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

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich*

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

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

*Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich*

Ausführlichere Informationen zu den Ausbildungsprofilen, Rahmenbedingungen, Kosten etc. in den o.a. Grundlehrgängen bzw. im NTB-Jahresprogramm 2020. Anmeldungen können bereits online unter [www.NTBwelt.de/Bildung](http://www.NTBwelt.de/Bildung) im Lehrgangsportal vorgenommen werden.

## Lizenzbildungen im Gesundheitssport

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

Nr.	Termin	Ort
52/20	27.06. – 28.06.2020	
	11.07. – 12.07.2020	Celle

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

Nr.	Termin	Ort
58/20	28.08. – 30.08. 2020	
	04.09. – 06.09. 2020	Verden

### Aufbaulehrgang Gesundheitsförderung im Kinderturnen (2. Lizenzstufe/45 LE)

Nr.	Termin	Ort
71/20	11.09. – 13.09.2020	
	25.09. – 27.09.2020	Celle

### Aufbaulehrgang Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern (2. Lizenzstufe/20 LE)

Nr.	Termin	Ort
73/20	09.10. – 11.10.2020	Celle

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

#### ÜL B „Sport in der Prävention“ – Gesundheitsförderung im Kinderturnen (2. Lizenzstufe/20 LE)/ Reha-Zertifikat Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern (2. Lizenzstufe/20 LE)

Nr.	Termin	Ort
75/20	20.11. – 22.11.2020	Celle

#### ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ – Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (2. Lizenzstufe/70 LE)

Nr.	Termin	Ort
94/20	06.11. – 08.11.2020	
	20.11. – 22.11.2020	
	19.02. – 21.02.2021	Bad Bevensen



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

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

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

Weitere Informationen im NTB-Jahresprogramm 2020.

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



### Ansprechpartner im Bezirk Lüneburg Roy de Meij

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

Vorstand Turnkreis Lüneburg	Ansprechpartner/Kontaktaten
Stellvertr. Vorsitzende/Beauftragte Gesundheitssport	<u>Annegret Meyer</u> , Tel.: 04131/79545, E-Mail: meyeramlg@t-online.de
Stellvertr. Vorsitzende Finanzen	<u>Renate Martens</u> , Tel.: 04176/9448133, E-Mail: renete@soenke-martens.de
Stellvertr. Vorsitzender Fachliche Arbeit	<u>Lars Ellmer-Kiehn</u> , Tel.: 04133/3358, E-Mail: info@kiehn-mobile-freizeit.de
Faustball	<u>Ekhard Schenk</u> , Tel.: 05851/9798600, E-Mail: ekhard.schenk@outlook.de
Musik	<u>Manfred Cierpinsky</u> , Tel.: 04131/61129, E-Mail: manfred.cierpinsky@arcor.de
Psychomotorik	<u>Andrea Baasner</u> , Tel.: 04133/7660, andrea-baasner@web.de
Rhönrad	<u>Simone Budde</u> , Tel.: 04131/83530, E-Mail: simone.budde@arcor.de
Rope Skipping	<u>Nelly Krause</u> , Tel.: 04133/410274, E-Mail: nelly.krause@freenet.de
Erwachsene	<u>Anja Schulenburg</u> , Tel.: 04131/33986, E-Mail: schulenburganja@gmail.com
Ältere	<u>Hildelies Stephan</u> , Tel.: 04131/990099, E-Mail: hildelies@googlemail.com

## Anschriften im Überblick

### Geschäftsstelle

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

- Vereinesservice
- 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](http://www.NTBwelt.de) im Bereich Datenschutz zur Verfügung.

# Sommer auf Baltrum

#turnenistmehr



Online-Anmeldung unter  
[www.ntj.de/lehrgangsportal](http://www.ntj.de/lehrgangsportal)

## SommerFreizeit (SoFrei)

Fr, 17.07. – So, 26.07.2020

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

## SommerGeneration

So, 09.08. – Do, 13.08.2020

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

## SommerLehrgänge – JuLeiCa

Di, 28.07. – Fr, 07.08.2020

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

## SommerCamp (SoCa)

Sa, 15.08. – Sa, 22.08.2020

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

## SommerLehrgänge – Werkstatt und Sport

Di, 28.07. – Fr, 07.08.2020

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



**NTJ**   
NIEDERSÄCHSISCHE TURNERJUGEND



Vorstand Turnkreis  
Lüchow-Dannenberg

Ansprechpartner/Kontaktdaten

Komm. Vorsitzende

Sabine Wulf,  
Tel.: 05851/228 (d.),  
E-Mail: bine.wulf@t-online.de

Oberturnwartin

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

Beauftragte Gesundheitssport  
und Aerobic

Sabine Wulf,  
Tel.: 05851/228 (d.),  
E-Mail: bine.wulf@t-online.de

Stellvertr. Vorsitzende Finanzen

Adelheid Höwisch,  
Tel.: 05841/1251100,  
E-Mail: heidi.hoewisch@web.de

Stellvertr. Vorsitzende Frauen

Vakant

Stellvertr. Vorsitzende Ältere

Regine Volkmann,  
Tel.: 05841/2102

Stellvertr. Vorsitzende Kinder  
und Jugend

Karin Klaucke,  
Tel.: 05862/8764

Stellvertr. Vorsitzender Verwaltung

Uwe Robohm,  
Tel.: 05846/629

Internetbeauftragte

Adelheid Höwisch,  
Tel.: 0170 2054037,  
E-Mail: heidi.hoewisch@web.de

Ehrenvorsitzender und Pressewart

Hans-Jürgen Bosselmann,  
Tel.: 05846/390,  
E-Mail: vorsitzender@ksb-dan.de

## Vorstand Turnkreis Uelzen

## Ansprechpartner/Kontaktdaten

Vorsitzende

Gudrun Garbe-Köhnecke,  
 Tel.: 05824/1641,  
 E-Mail: gudrun.koehnecke@hotmail.de

 Stellvertr. Vorsitzende  
 Gesundheitssport und Ältere

Angela Lapöhn,  
 Tel.: 01 70/5220567,  
 E-Mail: ntb-tkuelzen-angela-lapoehn@web.de

 Komm. stellvertr. Vorsitzende  
 Finanzen

Heike Kilian,  
 Tel.:05826/950834,  
 E-Mail: heike.kilian@mail.de

 Stellvertr. Vorsitzende Frauen und  
 Fachliche Arbeit (Oberturnwartin)

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

Stellvertr. Vorsitzender Gerätturnen

Christian Tiede,  
 Tel.: 05807/210,  
 Fax: 05807/97925  
 E-Mail: tiedebauer@gmx.de

Stellvertr. Vorsitzende Presse

Manuela Tewes-Heidinger,  
 Tel.: 0581/30652,  
 E-Mail: tewes-heidinger@t-online.de

 Stellvertr. Vorsitzende Kinder und  
 Jugend, Homepage-Beauftragte

Heike Kilian,  
 Tel.:05826/950834,  
 E-Mail: heike.kilian@mail.de

Wanderwart

Bernd Wedell,  
 Tel.: 05822/2498,  
 E-Mail: bernd.wedell@t-online.de

# Der NTB auf einen Blick!

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

**Vereine: 2.761**



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

## Organe:

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

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

**Präsidium**  
  
**8** Präsidiumsmitglieder  
(Präsident: Heiner Bartling)  
acht bis zehn Mal im Jahr

## Angebotsvielfalt:

Turnsportarten  
und Turnspiele

Kinder, Ältere,  
Erwachsene und Familien

Über **100**  
Bewegungsangebote

**GYMWELT**

Fitness und  
Gesundheit

Natur und Erlebnis

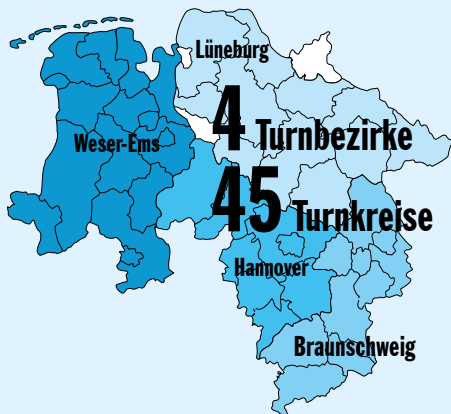
Tanz, Vorführungen  
und Bewegungskunst

## Mitglieder:



 Rund 40.000 Übungsleiter und ehrenamtliche Entscheidungsträger


## Regionale Untergliederung:



## KONTAKT UND INFOS:

Niedersächsischer Turner-Bund e.V.

Maschstraße 18 · 30169 Hannover

 (0511) 980 97-0

 info@NTBwelt.de

 www.NTBwelt.de

 www.NTBwelt.de/facebook