

2022



Jahresprogramm

BILDUNG, SERVICE & EVENTS

**#SPORT
VEREINT
UNS**

NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND



**Mehr
erfahren**
auf aok.de

Mehr Leistungen, mehr Gesundheit.

Wir machen Niedersachsen gesünder.

Mit der AOK Niedersachsen können Sie von Mehrleistungen profitieren, wie zum Beispiel einer professionellen Zahnreinigung oder Osteopathie.

So funktioniert's: Wir erstatten die Kosten zu 80 %, bis zu 500 Euro im Jahr für alle Mehrleistungen zusammen.

Sprechen Sie mit uns.

AOK Niedersachsen. Die Gesundheitskasse.

Der Kopf ist rund, damit das Denken die Richtung ändern kann

Wir befinden uns in einer Zeit des Umbruchs. Unsere Gewohnheiten kommen an vielen Stellen ins Wanken, und wir stehen vor der großen Herausforderung, uns in vielen Lebensbereichen neu auszurichten. Die Pandemie hat uns gezeigt, wie schnell uns grundlegende Änderungen im täglichen Leben treffen können. Sie hat aber auch gezeigt, dass wir in der Lage sind, schnell flexible Lösungen für die damit verbundenen Aufgaben zu finden.

Dabei habt Ihr, die Akteurinnen und Akteure in den Turn- und Sportvereinen und Gestalterinnen und Gestalter des NTB viele neue Wege eingeschlagen. Wir haben neue Sport- und Bewegungsangebote im wachsenden digitalen Raum geschaffen. Wir haben das Turnen unter freiem Himmel wiederentdeckt. Wir haben Bildungsmaßnahmen und andere Veranstaltungen trotz oder gerade aufgrund eines neue Ansprüche stellenden Umfeldes in anderer Form umgesetzt. Wir sind uns bei aller Begeisterung für das Neue der Werte unserer traditionellen Formate bewusster geworden. In den kommenden Monaten wird es deshalb darum gehen, eine Balance zwischen dem Bewährten und dem Innovativen zu finden. Dafür müssen wir uns auf neue Denkrichtungen und Veränderungen einlassen.

Konkret verändern wird sich mit dem Jahreswechsel der Ausbildungsweg für zukünftige Übungsleitende. In Anlehnung an die neue Ausbildungsstruktur des LandesSport-Bundes Niedersachsen gliedern sich die Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe zukünftig in den Einstiegslehrgang im Umfang von 30 Lerneinheiten und die darauf aufbauenden Profillehrgänge mit jeweils 90 Lerneinheiten.

Die Weiterentwicklung unserer Bildungsangebote wird von dem Gedanken geleitet, Übungsleitende bei der Erarbeitung der notwendigen Kompetenzen zu unterstützen. Soweit es für die Bildungsprozesse bedeutungsvoll und bereichernd ist, werden sukzessive digitale Lernwerkzeuge eingeführt. Unsere Bildungsarbeit trägt damit dem hohen Wert des persönlichen Austauschs in der Präsenzlehre ebenso Rechnung wie einer möglichen Qualitätssteigerung durch begleitende digitale Lehr- und Lernformate.

Hierzu aber auch zu anderen wichtigen gesellschaftlichen Themen, wie der Sensibilisierung für interpersonelle Gewalt, hat sich das NTB-Präsidium klar positioniert und Maß-

nahmen zur Umsetzung angestoßen. Weitere Themenfelder sind im Blick.

In unseren internen Strukturen stehen ebenfalls zukunftsweisende Änderungen an. Durch eine grundlegende Überarbeitung der Satzung werden wir unsere Gremien und Turnkreise von formellen Zwängen befreien. Das Ziel: mehr Gestaltungsspielraum, um ein flexibles und den persönlichen Interessen angemessenes Engagement zu ermöglichen. Auch hier wollen wir „nach vorne“ denken und uns an den Bedürfnissen unserer Vereine und ihrer Mitglieder orientieren.

Diesen Bedürfnissen begegnen wir in erlebnisreicher Form beim NTB-Kongress vom 10. bis 12. Juni 2022 in Osnabrück. Zum insgesamt fünften Mal aber zum ersten Mal in Osnabrück werden wir unseren Übungsleitenden, Trainerinnen und Trainern aber auch anderen interessierten Fach- sowie Vereinsführungskräften Impulse, Ideen und Anregungen aus dem gesamten Angebotsspektrum des NTB mit auf den Weg geben. Dieses Highlight unserer Bildungsangebote möchte Körper und Geist nicht nur vor Ort, sondern auch in den Turn- und Sportvereinen in Bewegung bringen.

Wir haben mit der Kampagne #sportVEREINTuns die Turn- und Sportvereine als gesellschaftlich relevante Einrichtungen für Bewegung, Gesundheit, Sport und Gemeinschaft in den Vordergrund gestellt. Mit unseren Bildungsangeboten und insbesondere dem NTB-Kongress 2022 wollen wir Übungsleitenden, Trainerinnen und Trainern und allen anderen Engagierten helfen, die damit verbundenen Aufgaben zu bewältigen.

Wir freuen uns, wenn Du dabei bist!



Prof. in Dr. in Dörte Heuvel Dop

Vizepräsidentin

Niedersächsischer Turner-Bund e. V.



Impressum

Herausgeber Niedersächsischer Turner-Bund e. V.
Maschstraße 18
30169 Hannover

Koordination Michael Bauer

Redaktion Jörg Ide, Kea Lohse, Eva Schwedler, Heike Werner,
Dirk Platta sowie Fachwartinnen und Fachwarte
des NTB

Gestaltung Oliver Jöhrens, Leela Ide

Druck Bonifatius GmbH, Paderborn

Fotos minkusimages, Lars Kaletta, NTJ, NTB,
Michel Hadamitzky, Reiner Hadamitzky,
Tina Weßling, shutterstock.com,
stock.adobe.com, iStock, unsplash



Das Jahresprogramm wurde klimaneutral hergestellt. Die bei der Produktion unvermeidlich anfallenden CO₂-Emissionen wurden durch den Ankauf von hochwertigen Zertifikaten neutralisiert. Diese werden in geeignete Projekte zur Reduktion von CO₂ in Entwicklungsländern investiert.

Gefördert durch



Niedersachsen



HOLE DIR DEINEN
TRAINER-RABATT

UNTER WWW.WINSHAPE.DE/INSTRUCTOR!



Winshape[®]

FITNESS MEETS FASHION
www.winshape.de

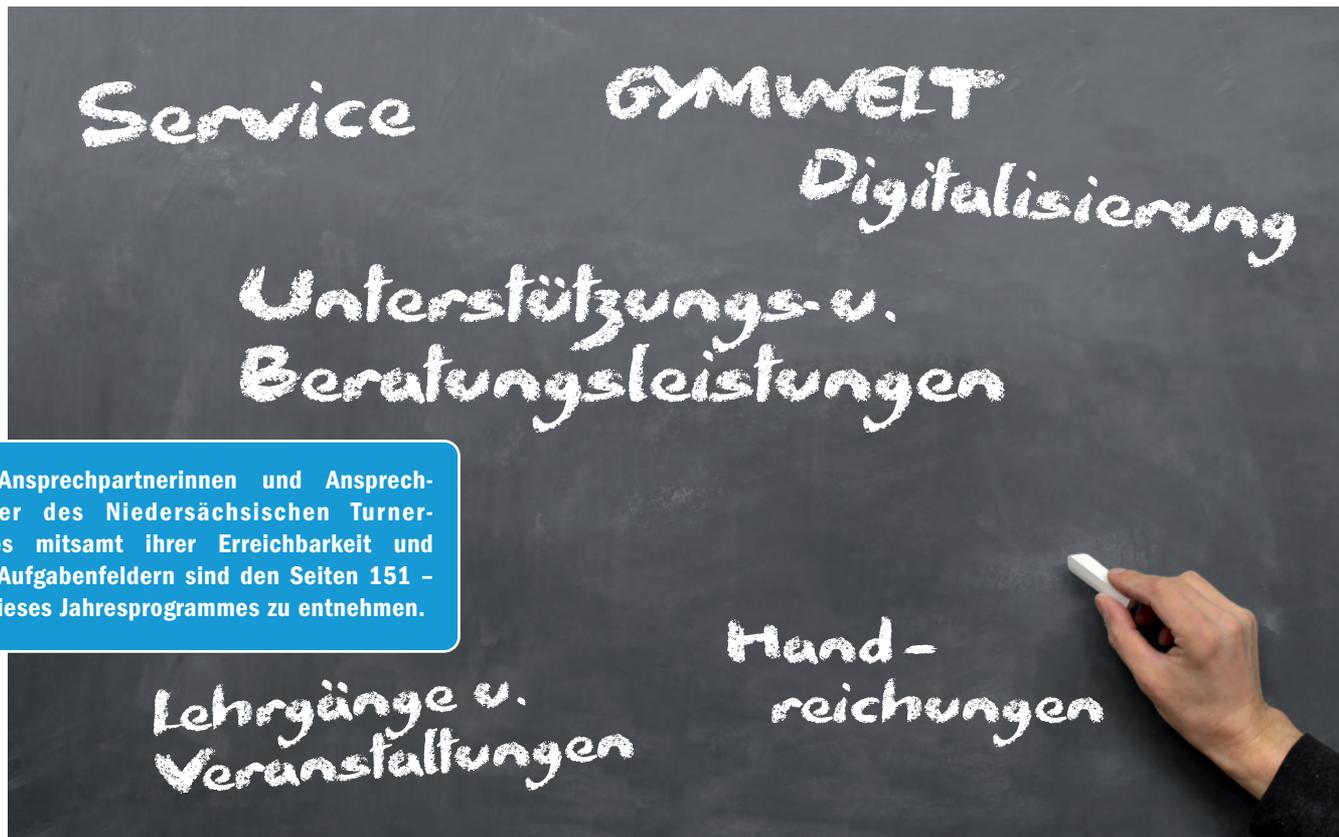
	Seite
Editorial	3
Inhaltsübersicht	5
Vereinservice	6
• Service	7
• Unterstützungs- und Beratungsangebote	14
• Digitalisierung	22
• GYMWELT	26
• Handreichungen	28
• Lehrgänge & Veranstaltungen	30
Angebots- und Bildungsstruktur	34
• Unsere Ausbildungsstruktur	34
• Vorstufenqualifikationen	37
• Einstiegslehrgang	38
Lehrgänge der GYMWELT	40
Fitness	41
• Ausbildungen	42
• Modulausbildungen	43
• Fortbildungen	58
Gesundheit	75
• Ausbildungen	77
• Fortbildungen	80
• Weiterbildungen	83
Tanz, Vorführungen und Bewegungskunst	87
• Ausbildungen	88
• Fortbildungen	89
• Wettbewerbe	90



	Seite
Natur und Erlebnis	91
• Ausbildungen	92
• Fortbildungen	93
• Weiterbildungen	94
• Freizeiten	97
Kinder und Jugend	99
Sportarten	117
• Breitensport	118
• Leistungssport	121
• Turnspiele	125
NTB vor Ort	129
• Bildungsangebote der Turnkreise	130
Die Bildungsstätten des NTB	140
• Landesturnschule Melle	140
• Jugendbildungsstätte Baltrum	142
Jahresübersichten	144
• Unsere Bildungsangebote 2022	144
Anschriften und Kontakte	151
Rund um die Anmeldung/AGBs	158



#SPORT
VEREINT
UNS



Alle Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner des Niedersächsischen Turner-Bundes mitsamt ihrer Erreichbarkeit und ihren Aufgabenfeldern sind den Seiten 151 - 153 dieses Jahresprogrammes zu entnehmen.

Vereinservice Verein(t) für die Zukunft

Der Niedersächsische Turner-Bund (NTB) ist der Verband für lebensbegleitende Bewegungsentwicklung und Dienstleistungsgemeinschaft für seine über 2.800 Mitgliedsvereine, in denen sich rund 750.000 Menschen bewegen. Der NTB ist größter Sportfachverband im LandesSportBund Niedersachsen und größter Landesturnverband im Deutschen Turner-Bund.

Die tägliche Vereinspraxis in der Turnhalle oder der Geschäftsstelle, im Vorstand und den Abteilungen stellt die unterschiedlichsten Herausforderungen an die Verantwortlichen, Übungsleitenden und Mitarbeitenden. Dafür stehen im NTB mehr als 1.000 ehrenamtlich Engagierte und rund 80 hauptberuflich Mitarbeitende informativ, beratend, schulend und vermittelnd zur Seite. Der NTB kooperiert daher auch mit Medien, Kindergärten und vorschulischen Einrichtungen, Schulen und Lehrern, Universitäten und Ausbildungsstätten, sozialen Einrichtungen, sportpolitischen Gremien, Ministerien und Unternehmen.

Der NTB betreut und entwickelt neben vielfältigen Turnsportarten insbesondere Angebote in der GYM-WELT. Hierunter fallen Bewegungsangebote im Fit-

ness- und Gesundheitssport, im Tanz, in Vorführgruppen, in der Bewegungskunst und im Bereich der Natursportarten. Ein zentrales Anliegen ist dem NTB das Kinderturnen – die Kinderstube des Sports, denn dort werden nicht nur die motorischen Grundlagen für ein lebenslanges Sporttreiben gelegt. In den NTB-Mitgliedsvereinen gibt es für jedes Kind, alle Jugendlichen, jede Frau, jeden Mann und natürlich auch die Seniorinnen und Senioren passende Bewegungsangebote und Aufgaben.

Der NTB ist mit dem Erlebnis Turnfest, dem Feuerwerk der Turnkunst, dem Rendezvous der Besten u.v.m. Veranstalter beliebter und familiengerechter Sport- und Showevents.

Und nicht zuletzt ist der NTB einer der größten Bildungsanbieter Deutschlands!

Das vorliegende Kapitel Vereinservice ist wie folgt gegliedert:

• Service	Seite 7 ff.
• Unterstützungs- & Beratungsleistungen	Seite 14 ff.
• Digitalisierung	Seite 22 ff.
• GYMWELT	Seite 26 ff.
• Handreichungen	Seite 28 ff.
• Lehrgänge & Veranstaltungen	Seite 30 ff.

Mitgliedsverein werden

Turnfeste, Bildung, Trends

Über 2.800 Turnvereine genießen die Teilnahme an Turnfesten, ein abwechslungsreiches Bildungsangebot und umfangreiche Unterstützungsleistungen bei der Angebotsentwicklung. Ist Dein Verein auch schon dabei?

Es lohnt sich. Wir bilden Trainerinnen und Trainer und Übungsleitende aus, organisieren Wettkämpfe und Wettbewerbe. Der NTB steht Dir bei der Vereinsentwicklung zur Seite – mit Qualitätssiegeln, Zukunftswerkstätten, Zuschussmöglichkeiten und Beratungen hin zu einem modernen Sport- und Bewegungsangebot.

Komm' auch Du in den Kreis des größten Sportfachverbands Niedersachsens. Rund 750.000 Sportlerinnen und Sportler, Funktionärinnen und Funktionäre, Kampfrichterinnen und Kampfrichter und Trainerinnen und Trainer sind bereits dabei. Du bist mit Deinem Turn- und Sportverein herzlich willkommen – werde Mitglied!

Aufnahmeverfahren

Zum Erwerb der Mitgliedschaft ist ein schriftlicher Aufnahmeantrag an den NTB zu richten (§4 NTB-Satzung). Über die Aufnahme entscheidet die NTB-Geschäftsleitung. Die Aufnahme erfolgt rückwirkend zum 1. Januar des laufenden Jahres.

Vorteile

Wir stellen unseren Mitgliedsvereinen und ihren Funktionärinnen und Funktionären ein vielfältiges Dienstleistungs- und Serviceangebot für die Arbeit im Verein bereit. Neben zahllosen Aus- und Fortbildungen auch kostenlose Beratungsangebote für Vereine (z.B. Dialog.NTB, Treffpunkt.NTB), anerkannte Qualitätssiegel für einzelne Sportangebote (z.B. Pluspunkt Gesundheit) oder auch Wettkämpfe und Veranstaltungen, wie unser Erlebnis Turnfest und das Feuerwerk der Turnkunst:

- Qualifizierung durch jährlich über 400 Aus- und Fortbildungen für Trainerinnen und Trainer und Vereinsentscheiderinnen und Vereinsentscheider
- Nutzungsmöglichkeiten geschützter Markenzeichen, wie z.B. GYMWELT oder Pluspunkt Gesundheit
- Teilnahmemöglichkeit an unterschiedlichen Kampagnen, wie z.B. #sportVEREINTuns oder GYMWELT
- Teilnahmemöglichkeit an Erlebnisveranstaltungen zur Mitgliederbindung, wie z.B. am Erlebnis Turnfest
- Nutzung von kosten- und rechtfreien Fotos (über eine ownCloud für GYMWELT-Vereine oder im Rahmen von Lieblingsverein.de)
- Nutzung des Web-2-Print-Portals Lieblingsverein.de
- Nutzung zahlreicher Arbeitshilfen und Handreichungen, wie z.B. „Mein Weg zu Fördergeldern“
- Kostenlose Teilnahmemöglichkeit an Austausch-/Netzwerk-treffen (z.B. Treffpunkt.NTB) oder Online-Informationsveranstaltungen (z.B. Dialog.NTB)
- Übungsleiterbörse für Übungsleitende und Trainerinnen und Trainer in Kooperation mit dem Trainersuchportal.de (siehe S. 10)



Voraussetzung für die Mitgliedschaft

Ordentliche Mitglieder im NTB können alle Vereine werden, die ganz oder zum Teil ordentliches Mitglied im LandesSportBund Niedersachsen (LSB) sind. Ist Dein Verein noch kein Mitglied im LSB, muss auch dort (oder über den zuständigen KSB) ein Aufnahmeantrag gestellt werden.

Mit der Mitgliedschaft im NTB erwirbt der Verein automatisch die Zugehörigkeit zum entsprechenden Turnkreis und zugleich zum Deutschen Turner-Bund.

Kosten

Die Mitgliedsbeiträge betragen (jährlich):

Kinder 1,90 Euro, Jugendliche 2,00 Euro, Erwachsene 2,40 Euro

Außerdem sind die Mitgliedsvereine zum Bezug des Verbandsmagazins TURNWELT – Das Vereinsmagazin verpflichtet.

- Vergünstigte Nutzungsmöglichkeiten der hervorragend ausgestatteten Landesturnschule Melle und der Jugendbildungsstätte Baltrum
 - Vergünstigte Teilnahme an den Aus-, Fort- und Weiterbildungen des NTB
 - Beratung und Begleitung zur Lösung der alltäglichen Herausforderungen im Freien, in der Halle und der Vereinsgeschäftsstelle
 - Vergünstigter Erwerb des Workbooks Sportverein 2030 (siehe S. 17)
 - Vergünstigte Nutzung von ClubDesk und Yolawo (siehe S. 25)
 - Vergünstigte Teilnahmemöglichkeit an verschiedenen Showveranstaltungen, wie z.B. Rendezvous der Besten oder Dance2u®
 - Möglichkeit zur Ehrung von langjährig ehrenamtlich tätigen Mitgliedern durch den NTB (im Bereich der NTB-Sportartenliste)
 - Zusendung unseres Magazins „TURNWELT – Das Vereinsmagazin“
 - Regelmäßige Informationen per NTB-Verbandsnewsletter
- Mit der Mitgliedermeldung unter „Turnen“ können unsere Vereine und ihre Mitglieder alle Angebote des NTB in vollem Umfang in Anspruch nehmen.

ANSPRECHPARTNER

Bernd Knapen

Vereinservice/Ehrungen

 (0511) 980 97-36

 (0511) 980 97-48

 Bernd.Knapen@NTBwelt.de



Bestandserhebung leichtgemacht!

Sicherlich ist die jährliche Meldung der Vereinsmitglieder an den LandesSportBund Niedersachsen eine zeitraubende, allerdings notwendige Aufgabe – und sie steht im Januar wieder an. Gerne wollen wir bei der Erledigung dieser Aufgabe unterstützen und ein paar Erklärungen und Hinweise geben.

Zum 31. Januar 2022 müssen wieder alle Turn- und Sportvereine ihre Mitglieder – besser: ihre Mitgliedschaften – mit der sogenannten Online-Bestandserhebung beim LSB melden. Hierzu hat jeder Verein einen Zugang zum LSB Intranet erhalten. Zu finden ist die Anmeldemaske unter

www.lsb-niedersachsen.de im Bereich Mitglieder/LSB Intranet. Dort muss neben allgemeinen Angaben zum Verein und deren Mitarbeitenden nicht nur die Gesamtmitgliederzahl angegeben werden, sondern auch in welcher Sportart die Mitglieder aktiv sind. Häufig sind Vereinsmitglieder in mehr als einer Sportart aktiv oder betreiben Wettkampfsport und nehmen gleichzeitig an der Wirbelsäulengymnastik teil. Deshalb ist es notwendig, sie in jeder Sportart einem Sportfachverband zuzuordnen. So muss z. B. die hockeyspielende Wirbelsäulengymnastin sowohl dem Hockeyverband als auch dem NTB zugeordnet werden.

Mehrfache Zuordnung – warum?

Beide Verbände bieten den Vereinen einen Service an: Der Hockeyverband bildet Trainerinnen und Trainer aus und organisiert den Wettkampfbetrieb. Der NTB bildet Übungsleitende für den Gesundheitssport aus und stattet sie unter anderem mit Stundenbildern aus. Da dies alles finanziert werden muss, erhalten die Fachverbände, also auch der NTB, einen Zuschuss vom Land Niedersachsen. Dieser berechnet sich unter anderem anhand der Anzahl der beim NTB gemeldeten Vereinsmitglieder. Daher freuen wir uns über jedes beim NTB gemeldete Mitglied und geben dies gerne durch Serviceleistungen an unsere Vereine zurück. Die Rechnung dabei ist ganz einfach: Je mehr Mitglieder dem Turnen zugeordnet werden, desto mehr qualitativ hochwertige Bildungsmaßnahmen, Wettkämpfe, Jugendfreizeiten, Vereinsberatungen, Kongresse etc. kann der NTB anbieten.

Für eine erleichterte Zuordnung von Vereinsangeboten zu den jeweiligen Fachverbänden, egal ob im Wettkampfsport

oder im Freizeit-, Fitness- und Gesundheitssport, gibt es auf der Homepage des LSB eine sogenannte Sportaktivitätenliste zum Download. Um unseren Vereinen die Arbeit zu erleichtern, führen wir alle durch den NTB betreuten Sportaktivitäten auf der folgenden Seite auf.

ANSPRECHPARTNER

Bernd Knapen

Vereinservice/Ehrungen

 (0511) 980 97-36

 (0511) 980 97-48

 Bernd.Knapen@NTBwelt.de



Weitere Informationen:
[www.NTBwelt.de/
bestandserhebung](http://www.NTBwelt.de/bestandserhebung)

Sportaktivitätenliste

Niedersächsischer Turner-Bund



- | | | |
|---|---|---|
| O 3.000 Schritte für die Gesundheit
4XF | Gymnastik
Gymnastik und Tanz
Gymnastik (mit Handgeräten) | S Safari-Turnkids
Salsa Aerobic
Schleuderball
Schneesport
Senioren-sport
Seniorenturnen
SGW (Schüler Gruppen-Wettstreit)
Show-Dance
Ski-Gymnastik
Slackline
Sportakrobatik
Sport bei Arthrose
Sport in Herzgruppen
Sport bei Osteoporose, Rheuma,
Diabetes
Sport bei pAVK
Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen
Sportförderturnen
Sport Stacking
Step-Aerobic
Stickwalking®
Streetdance
Stretching (Stretch und Relax)
Sturzprophylaxe |
| A Abenteuersport
Aerobicturnen
Akrobatik
Alltags-Fitness-Test
Ambulantes Funktionstraining
Aqua-Fitness/Aqua-Jogging
Antara®
Aroha®
Asiatische Bewegungsformen | H Herz-Kreislauf-Prävention
Herzsport in der Reha
HipHop
Hockergymnastik | |
| B Ballett
BBP (Bauch, Beine, Po)
Beckenbodengymnastik
Bewegung für Übergewichtige
Bewegungskunst
Bodyforming
Bodystyling
BOP (Bauch, Oberschenkel, Po)
Breakdance | I Indiac
Indian Balance® | |
| C Cardio-Fit
Choreografie
Crossfitness | J Jazzdance
Jugendturnen | |
| D Dance-Aerobic
Dance-Gym
Denken und Bewegen
Drums Alive® | K Kindertanz
Kinderturnen
Knieschule
Konditionsgymnastik
Korbball
Korbball | |
| E Eltern-Kind-Turnen
Entspannungsgymnastik
Einrad
Er und Sie | L LaGym
Langhanteltraining | |
| F Faustball
Fit im Team
Fitbiking
Fitnessgymnastik
Frauengymnastik
Freerunning
Functional Training
Funktionsgymnastik/-training | M Mehrkämpfe
Modern Dance
Musical-Dance
Musik/Spielmanswesen | T Tänzerische Früherziehung
Teamgym
TGW
(Turnerjugend Gruppen Wettkampf)
TGM
(Turnerjugend Gruppen Meisterschaft)
Thai-Aerobic
Trakour
Trampolinturnen
Trekking
TriloChi®
Turnen
Turnerische Mehrkämpfe |
| G Gelenk- und Rheumagymnastik
Geocaching
Gerätturnen
Gerätefitness
Gesund und Fit
Gesundheitssport
Gesundheitsförderung im
Kinderturnen
Gesundheitsorientierte Funktions-
gymnastik | N Nackenschule
Nordic Walking (im Gesundheitssport)
Nordic Fit | |
| | O Orientierungslauf/-wandern
Osteoporosegymnastik | |
| | P Parkour
Pilates
Powerman
Prellball | V Videoclipdancing
Vorführungen
Völkerball |
| | Q Qi-Gong | W Walking
Wandern/Orientierung
Wassergymnastik
Wasserwandern
Wettkampf-Aerobic
Wirbelsäulensport |
| | R Reha-Sport
Reha-Sport für Kinder
Rhönradturnen
Rhythmik und Tanz
Rhythmische Sportgymnastik
Ringtennis
Rollator-Fit®
Rope Skipping
Rückengymnastik
Rücken-Fit
Rückenschule
Rückentraining | Y Yoga |
| | | Z Zirkus- und Bewegungskunst |

Hannover, September 2021

Übungsleitende-Jobbörse

Wir bieten auf unserer Internetseite in Kooperation mit dem Trainersuchportal allen Vereinen eine Stellenbörse an, um nach Übungsleitenden und Trainerinnen und Trainern zu suchen. NTB-Mitgliedsvereine können dort kostenlose Anzeigen einstellen oder die Profile von registrierten Trainerinnen und Trainern direkt über die integrierte Trainerbörse durchsuchen.

Du möchtest Dich ebenfalls registrieren? Auch das ist über die NTB-Stellenbörse möglich. Trage Dich in das Trainersuchportal ein, und Vereine werden sich bei Dir melden. Du findest die NTB-Übungsleiterbörse auf



Der NTB bietet zu diesem Thema im nächsten Jahr den Treffpunkt.NTB „**Die Suche nach Übungsleitenden**“ an, denn die Basis für ein erfolgreiches Vereins- und Kursangebot sind gut ausgebildete, motivierte Übungsleitende. Bei diesem Treffpunkt.NTB diskutieren wir gemeinsam über Wege zur Gewinnung von Übungsleitenden und geben Ideen an die Hand, wie Vereine sich zukünftig in diesem Bereich aufstellen können. Praxisnahe Beispiele rund um Deinen Verein im Bereich Gewinnung von Übungsleitenden, Kooperationen und Aus- und Fortbildungen sind natürlich auch mit dabei.

Termine:

23.02.2022 von 19:00 – 21:00 Uhr, online
09.11.2022 von 19:00 – 21:00 Uhr, online

Weitere Informationen und Anmeldung unter www.NTBwelt.de/treffpunkt

Anzeige

DIE JOBBÖRSE FÜR TRAINERINNEN UND VEREINE



Ob Übungsleiterin oder Vollzeit-Trainer, ob Kinderturnen oder Wettkampfsport: trainersuchportal, DIE Jobbörse im Sport, bringt bundesweit Trainer und Vereine zusammen. trainersuchportal ist die beste Lösung bei der Trainersuche im Breiten- und Leistungssport. Mit hunderten aktuellen Trainergesuchen und tausenden registrierten Trainern ist für Trainer und Vereine immer etwas dabei.

Jobsuche und Profile für Trainer – kostenlos!

Für Trainerinnen und Trainer bietet das trainersuchportal die optimale Plattform um Gesuche von Vereinen durchsuchen zu können. Täglich neue Jobs im Sport, welche man sich auch bequem aufs Handy schicken

lassen kann. Wer als Trainerin und Trainer proaktiv dafür sorgen möchte, von potenziellen Arbeitgebern gefunden und kontaktiert zu werden, kann sich sein Profil erstellen und sich mit seinen Qualifikationen präsentieren. Der Vorteil liegt hier klar auf der Hand: Die Vereine können sich direkt melden, sobald eine Stelle zu besetzen ist. Und das alles ist kostenlos möglich!

Gesuche für Vereine – ebenfalls kostenfrei!

Das trainersuchportal kann über den Verband kostenlos genutzt werden. Von dieser Kooperation zu profitieren ist ganz einfach: Unter www.trainersuchportal.de oder die Verbandshomepage können über den Gutscheincode des Verbandes

„Bronze-Anzeigen“ kostenfrei eingestellt werden.

Gutscheincode: NTB2022

Diese Anzeigen werden dann automatisch sowohl beim trainersuchportal, als auch auf der Stellenbörse des Verbandes veröffentlicht und erreichen damit optimale Sichtbarkeit für alle Interessierten.

Weitere Informationen gibt es unter: www.NTBwelt.de/uebungsleiterboerse

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

www.NTB-Kongress.de

Materialverleih

Buche für Deine Veranstaltung, egal ob Vereinsfest, Schulfest oder Bewegungstag, den Turntiger, den Botschafter des Kinderturnens in Niedersachsen, oder leihe Dir für Deine Vereinsveranstaltung unsere Hüpfburg, den Sky-Dancer oder Materialien für die Durchführung von Alltags-Fitness-Tests aus.

ANSPRECHPARTNER

Bernd Knapen

Vereinservice/Ehrungen

 (0511) 980 97-36

 (0511) 980 97-48

 Bernd.Knapen@NTBwelt.de



Weitere Informationen:
[www.NTBwelt.de/
materialverleih](http://www.NTBwelt.de/materialverleih)

Folge uns auf Instagram
@NTB



#SPORT VEREINT UNS

Finde dein
Turngerät
in unserem
Webshop!



**Der Turngerätehersteller
aus Dänemark**

-  trust
-  advice
-  innovation

PE-Redskaber
Trampolin.dk 

Ehrungen

Ehrenamtliches Engagement auszuzeichnen und besonders wertzuschätzen, ist im Niedersächsischen Turner-Bund unter anderem durch eine Ehrung möglich. Im Fokus dieser Ehrungen des Deutsche Turner-Bundes (DTB), des Niedersächsisches Turner-Bundes (NTB) und der Niedersächsischen Turnerjugend (NTJ) stehen besonders ehrenamtliches und sportliches Engagement im Turnen.

Alle Informationen zu den Ehrungen des NTB findest Du in der NTB-Ehrungsordnung. In diese sind die regulären Ehrungen des DTB eingearbeitet. Nutze die Möglichkeit und schlage engagierte Menschen für eine Ehrung vor.

ANSPRECHPARTNER

Bernd Knapen

Vereinservice/Ehrungen

 (0511) 980 97-36

 (0511) 980 97-48

 Bernd.Knapen@NTBwelt.de



Weitere Informationen:
www.NTBwelt.de/ehrungen

Kleinanlagen- Wärmecontracting: Modernisieren Sie Ihre Heizung!

Jetzt Vorteile sichern:

- Keine Anschaffungs- und Installationskosten
- Ihr Beitrag zum Klima- und Umweltschutz: Durch moderne Heiztechnik CO₂ reduzieren
- Rundum-Betreuung inklusive Wartung, Reparaturen, 24-Stunden-Notdienst und Kostenübernahme des Schornsteinfegers
- Zusammenarbeit mit dem lokalen Fachhandwerker Ihres Vertrauens
- Laufzeit über 10 Jahre – anschließend Kauf zum Restwert oder Demontage

** Angebot gilt für bestehende sowie neue Gaskunden von InnersteEnergie bei Anschaffung einer neuen Gasheizungsanlage*

Ihre Ansprechpartner:

InnersteEnergie-Team

E-Mail: info@innersteenergie.de



www.innersteenergie.de





Unterstützungs- & Beratungsleistungen

Ob GYMWELT-Beratung, Angebotsentwicklung oder neue Wege in die Zukunft – der Niedersächsische Turner-Bund unterstützt Vereine durch seine Workshops, Beratungen und Unterstützungsleistungen bei der Bewältigung der Vereinsaufgaben und Herausforderungen.

Folgende Hilfestellungen bietet der NTB bereits an – weitere werden im Jahr 2022 hinzukommen:

GYMWELT-Beratung

Möchtest auch Du mit Deinem Turnverein Mitglied der GYMWELT werden? Kein Problem – wir zeigen Dir, wie das geht!

Weitere Informationen auf Seite 27

Individuelle Angebotsberatung

Ihr benötigt neuen Schwung in Eurer Turnabteilung? Vielleicht einfach ein neues Sportangebot? Bestimmt haben wir genau die passende Idee.

Weitere Informationen auf Seite 16

**Nichts Passendes dabei?
Wie können wir Deinem Verein helfen?
Benötigst Du konkrete Hilfestellungen
und Lösungen für Deine tägliche Arbeit?
Möchtest Du Deinen Verein für die
Zukunft neu aufstellen?
Was liegt Dir auf dem Herzen?**

Klausurtagungen/ Strategietage in der Landesturnschule Melle

Unsere idyllisch gelegene Landesturnschule bietet den perfekten Ort für eine Strategietagung Deines Turnvereins, um abseits des Vereinsalltags zukunftsfähige Konzepte zu entwickeln.

Weitere Informationen auf Seite 141

Gesund und mobil älter werden

Für Sportvereine ist es oftmals schwierig, ältere Neu- oder Wiedereinsteiger für ihre regelmäßigen Angebote zu motivieren. Wir helfen Dir und Deinem Verein, ein „seniorengerechter“ Turnverein zu werden.

Weitere Informationen auf Seite 16

ANSPRECHPARTNER

NTB-Vereinservice

 (0511) 980 97-30

 (0511) 980 97-48

 service@NTBwelt.de

ERLEBNIS TURNFEST

NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

OLDENBURG 17.-21. Mai 2023

DER MOMENT, DEN DU LIEBST!

SAVE
THE DATE!

Weil wir uns ein großes Stück Gemeinschaft verdient haben - es wird groß, es wird bunt, es wird vielseitig. Und Du mittendrin. Fünf Tage tolles Programm, u.a.:

- Wettkämpfe
- Veranstaltungen
- Mitmachangebote

Infos & Anmeldung: www.erlebnisturnfest.de

Gefördert durch

Niedersächsische
LOTTO-SPORT-STIFTUNG
Bewegen · Integrieren · Fördern



Niedersachsen

 **LandesSportBund**
Niedersachsen e.V.



Sparkasse

Medienpartner

 **NDR 1**
Niedersachsen

Hallo
Niedersachsen

 **NWZ**



Gesund und mobil älter werden

Mit dem Projekt „Gesund und mobil älter werden“ wollen wir zusammen mit der AOK niedersächsische Sportvereine durch Beratung und Begleitung von NTB-Koordinatoren sowie durch die Bildung lokaler Netzwerke befähigen, Maßnahmen zu initiieren, die ältere Menschen in die Lage versetzen, möglichst lange selbständig, mobil und gesund in ihrer gewohnten Umgebung zu leben.

Unser Ziel ist es, Sportvereine so zu qualifizieren, dass ältere Menschen den Turnverein als soziale Begegnungsstätte wahrnehmen und der Verein gleichzeitig zu einem anerkannten und zentralen Gesundheitsförderer wird, der sich in der Kommune um ältere Menschen kümmert.

Mit dem bereits etablierten „3.000 Schritte Programm“ haben wir ein Bewegungsangebot für ältere Menschen ohne Vereinsbindung im öffentlichen Raum geschaffen. Ein spezielles, barrierefreies Spaziergeh-Angebot mit qualifizierter Bewegungsbegleitung bietet älteren Menschen eine niedrigschwellige Möglichkeit, sich in einer Vereinsgruppe zu bewegen. Langfristiges Ziel ist es, den Teilnehmenden einen Zugang zum Turnverein zu vermitteln und sie durch Folgeangebote dauerhaft an gesundheitsfördernde Angebote des Vereins zu binden, die einen wesentlichen Beitrag zur Gesunderhaltung im Alter leisten.

Das Projekt bietet qualifizierte Unterstützung auf dem Weg zu einem „altersgerechten“ Verein.



ANSPRECHPARTNERIN

Uschi Selchow

 (05422) 94 91-38

 (05422) 94 91-24

 Uschi.Selchow@NTBwelt.de

Tina Pfitzner

 (05422) 94 91-39

 (05422) 94 91-24

 Tina.Pfitzner@NTBwelt.de

 Weitere Informationen:
gemo.NTBwelt.de

Individuelle Angebotsberatung

Ihr benötigt neuen Schwung in Eurer Turnabteilung? Vielleicht einfach ein neues Sportangebot? Bestimmt haben wir genau die passende Idee!

Der NTB-Vereinservice begleitet Dich und Deinen Verein in die Zukunft. Wir bieten in Form einer kostenlosen Beratung (telefonisch/vor Ort) gezielt Hilfestellungen bei der Entwicklung von Bewegungsangeboten und der Umsetzung der GYMWELT in Deinem Verein.

ANSPRECHPARTNER

Michael Fehst

 (0151) 70 166 288

 Michael.Fehst@NTBwelt.de

Petra Pape

 (0176) 176 100 40

 Petra.Pape@NTBwelt.de

Workbook: Sportverein 2030

SCHRITT FÜR SCHRITT IN DIE ZUKUNFT

Das Workbook lädt Sportbegeisterte ein, sich aktiv mit der Zukunft ihres eigenen Vereins auseinanderzusetzen. Es beinhaltet

- konkrete Entscheidungshilfen
- praktische Schritt für Schritt – Anleitungen
- hilfreiche Arbeitsmaterialien
- neue Ideen
- zukunftsweisende Trends

Du kannst das Workbook alleine oder im Team bearbeiten. Du kannst es zum Gegenstand von Workshops machen oder die Inhalte mit Vereinskollegen diskutieren. Der perfekte Begleiter für alle, denen die Zukunft ihres Sportvereins am Herzen liegt.

Infos unter verein2030.de



Werde Teil des NTB-Volunteer-Teams und...

- ... gestalte große Events mit!*
- ... sammle persönliche Erfahrungen!*
- ... lerne tolle Menschen kennen!*
- ... erlebe viel Spaß unter Gleichgesinnten!*
- ... sei ein unentbehrliches Teammitglied!*

NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND
Gemeinsam engagiert!

Melde Dich als NTB-Volunteer im Volunteer Portal auf der folgenden Internetseite an und verpasse kein Event: www.volunteer.NTBwelt.de

Freiwilligenmanagement im Niedersächsischen Turner-Bund

Ein Freiwilligenmanagement sorgt dafür, dass alle Engagierten ihre Aufgaben kompetent, zeitlich machbar und motiviert ausüben können. Die Engagementförderung wird von zufällig und spontan hin zu strukturiert und zielorientiert weiterentwickelt. Dabei stehen die Menschen, die sich engagieren, im Mittelpunkt. Die vielen wertvollen Engagementmöglichkeiten, die der NTB bietet, werden weiterentwickelt und sorgen so dafür, dass viele Menschen in unterschiedlichen Lebensphasen den NTB gestalten.

Der Aufbau des Freiwilligenmanagements im NTB erfolgt in zwei Schritten:

Im ersten Schritt werden die Grundlagen geschaffen, die immer wieder an die aktuellen Gegebenheiten angepasst werden. Im zweiten Schritt werden die Engagierten in ihrem Engagement vom Einstig bis zur Verabschiedung begleitet.

In den folgenden Veröffentlichungen wird das Thema Freiwilligenmanagement aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet. Wer weitere Hintergrundinformationen benötigt, bekommt diese unter anderem hier:

- E-Book: Engagement gestalten #systematisch #erfolgreich #motivierend
Kostenloser Zugriff auf www.NTB-Shop.de
- Checkbook Gesundheitssport- Kapitel: Suche nach Übungsleitenden
- Unterstützung bei der Weiterentwicklung der Engagementförderung

Überblick und Best practise

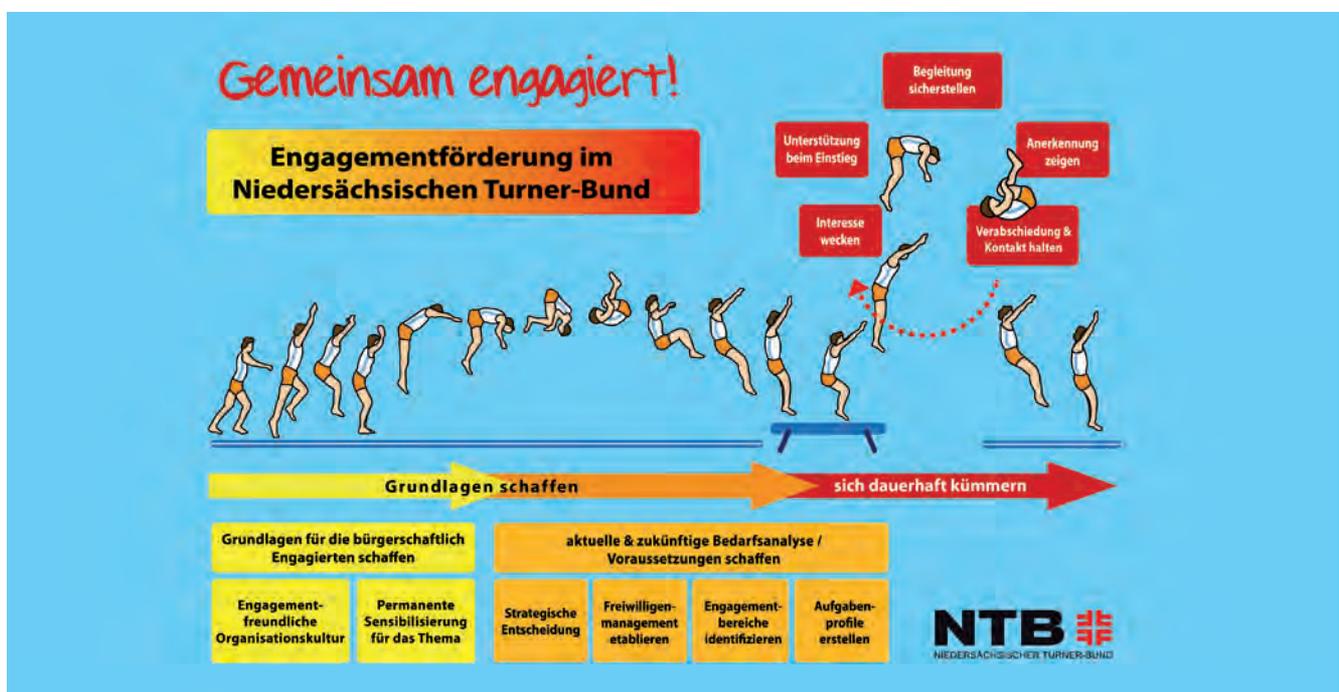
Alles rund um das Thema Ehrenamt und Engagement ist unter www.NTBwelt.de/ehrenamt gebündelt. Wer Hintergründe und Best Practise-Beispiele sucht, findet diese auf unserer Wissensplattform. Melde Dich gerne auch mit einem Beispiel aus Deinem Verein. Wir sind immer auf der Suche nach neuen Projekten und Ideen und freuen uns, wenn sie mit anderen geteilt werden. So können wir voneinander lernen und uns gegenseitig unterstützen.

Treffpunkt.NTB: Die Suche nach Übungsleitenden

Die Basis für ein erfolgreiches Vereins- und Kursangebot sind gut ausgebildete, motivierte Übungsleitende. Bei diesem Treffpunkt.NTB diskutieren wir gemeinsam über Wege zur Gewinnung von Übungsleitenden und geben Ideen an die Hand, wie Vereine sich zukünftig in diesem Bereich aufstellen können. Praxisnahe Beispiele rund um Deinen Verein im Bereich Gewinnung von Übungsleitenden, Kooperationen und Aus- und Fortbildungen sind natürlich auch mit dabei.

Termine:

23.02.2022 von 19:00 bis 21:00 Uhr, online
09.11.2022 von 19:00 bis 21:00 Uhr, online



Treffpunkt.NTB für Abteilungsleiterinnen und Spartenleiter: Übungsleiterinnen und Übungsleiter sicher und motiviert durch den neuen Sportalltag begleiten

Corona stellt uns vor neue Herausforderungen. Die Niedersächsische Verordnung und die Empfehlungen der Sportfachverbände führen zu Verwirrung und Verunsicherungen in der Umsetzung des Sportbetriebs. Übungsleitende brauchen Ideen und Unterstützung, um ihre Übungsstunden mit viel Energie angehen zu können. Bei unserem Treffpunkt.NTB wollen wir Dir Sicherheit bei der Umsetzung der Maßnahmen und Motivationshilfen zum Sportbetrieb geben. Du bekommst Tipps aus der Praxis für die Praxis. Unter anderem erhältst Du Ideen, welche Maßnahmen Du in Deiner Abteilung ergreifen kannst, damit Deine Übungsleitenden ihre Übungsstunden mit einem guten und sicheren Gefühl anbieten können. Wir zeigen auch, welche Rahmenbedingungen Übungsleitende motivieren und an Deinen Verein binden. Wir wollen in den Austausch gehen. Du kannst Deine Fragen loswerden, und wir werden uns gegenseitig mit Tipps unterstützen.

Termine:

22.03.2022 von 19:00 bis 21:00 Uhr, online
11.10.2022 von 19:00 bis 21:00 Uhr, online



**Zur Anmeldung:
[www.NTBwelt.de/
treffpunkt](http://www.NTBwelt.de/treffpunkt)**

Qualifizierung „Freiwilligenmanagement“

Wer sich zur Freiwilligenmanagerin bzw. zum Freiwilligenmanager ausbilden lassen möchte, kann sich beim LSB Niedersachsen zu der entsprechenden Qualifizierung anmelden. In einem Basis- und einem Aufbauomodul wird das Ehrenamts- und Freiwilligenmanagement praxisnah vermittelt. Weitere Informationen und Anmeldung auf: www.vereinshelden.org

Beratung bei der Weiterentwicklung der Engagementförderung

Bietet Dein Verein aktuell gute Rahmenbedingungen für Engagierte - dann lass Deinen Verein mit dem Zertifikat „Engagementfreundlicher Sportverein“ vom LSB Niedersachsen auszeichnen.

Bietet Dein Verein aktuell noch keine guten Rahmenbedingungen für Engagierte?

Dann gibt es die Möglichkeit, sich speziell in diesem Bereich beraten zu lassen. In einem ersten Workshop wirst Du Deinen Verein gemeinsam mit Beratenden analysieren. Ideen für konkrete Veränderungen werden gesammelt und Umsetzungsschritte geplant.

Weitere Informationen und Anmeldung zur Engagementberatung sowie zur Zertifizierung unter: www.vereinshelden.org

Engagementmöglichkeiten im Niedersächsischen Turner-Bund

Ehrenamtlich Engagierte sind in den Gremien, Arbeitskreisen und Leitungspositionen tätig. Sie übernehmen wichtige Ämter und sind in diese Funktion gewählt oder berufen. Als freiwillig Engagierte agieren zum Beispiel Projektmitarbeitende, das Wettkampfgericht sowie Übungsleitende. Volunteers helfen bei Veranstaltungen und sammeln dabei wertvolle Erfahrungen. Einen Überblick über die Engagementmöglichkeiten im NTB findest Du auf www.NTBwelt.de/ehrenamt unter „ich möchte mich engagieren“.

Ist für Dich ein passendes Angebot mit dabei? Dann melde Dich unter E-Mail: engagiert@NTBwelt.de und wir vermitteln Dich an die richtige Ansprechperson. Wir freuen uns, mit Dir gemeinsam den NTB zu gestalten.

Spezielle Angebote für Engagierte und neue Engagierte im NTB

Wir schaffen Möglichkeiten für einen Austausch mit anderen Engagierten. Hierzu werden sie von den Verantwortlichen eingeladen.

Speziell für „Neue“ gibt es das Treffen der neuen Engagierten. An diesem Treffen können auch an einem Engagement Interessierte teilnehmen. Ziel des Treffens ist, den NTB mit den Menschen hinter diesen Angeboten in seiner Vielfalt kennen zu lernen und Unterstützung zu erhalten.

Termine:

09.03.2022 von 19:00 bis 20:30 Uhr, online
16.11.2022 von 19:00 bis 20:30 Uhr, online

Zur Anmeldung: www.NTBwelt.de/ehrenamt

Nähere Informationen gibt:

ANSPRECHPARTNERIN

Jennifer Knake

Freiwilligenmanagement, Engagementförderung und -beratung

 (0511) 980 97-26

 (0511) 980 97-48

 engagiert@NTBwelt.de



**Weitere Informationen:
[www.NTBwelt.de/
ehrenamt](http://www.NTBwelt.de/ehrenamt)**

Der Pluspunkt Gesundheit!

Das Qualitätssiegel für **ALLE** Deine Gesundheitssport-Angebote.



**Pluspunkt
Gesundheit** 

DEUTSCHER TURNER-BUND

Der Pluspunkt Gesundheit...



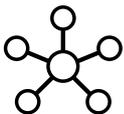
... ist Qualität

Er ist eine Auszeichnung für besondere Gesundheitssport-Angebote im Verein, die festgelegte Qualitätskriterien erfüllen! Durch transparente, festgelegte Kriterien werden Angebote ausgezeichnet, die sich durch einen hohen Qualifizierungsstandard, klare gesundheitliche Orientierung und inhaltliche Qualität auszeichnen.



... macht aufmerksam

Er ist ein Instrument zur Vermarktung Deiner Gesundheitssportangebote. Der Pluspunkt Gesundheit hilft Vereinen, nach außen deutlich zu machen, dass sie über qualitativ hochwertige Angebote im Gesundheitssport verfügen.



... verbindet

Als einziges Siegel in Niedersachsen kannst Du mit dem Pluspunkt **ALLE** Deine Angebote – sowohl Kurs- und Dauerangebote als auch Rehabilitationssportangebote mit dem Qualitätssiegel auszeichnen lassen! Selbst standardisierte anerkannte Konzepte leiten wir direkt an die ZPP weiter, und das Angebot erhält neben dem Siegel Sport Pro Gesundheit auch den Deutschen Standard Prävention und ist damit erstattungsfähig.



...ist das Plus an Service

Der Pluspunkt kann noch mehr: Nur mit ihm hast Du Zugriff auf Stundenbilder (Pluspunkt Umsetzungskonzepte), beeindruckende Imagevideos für Deine Öffentlichkeitsarbeit und Best-Practice-Beispiele zu großartigen Ideen aus anderen Vereinen.

Und er unterstützt Deine Mitglieder, Dein Angebot zu finden.



Mit dem Siegel werden Deine Angebote automatisch auf der Such-Plattform **angebote.NTBwelt.de** veröffentlicht, so dass Deine Mitglieder und auch zukünftige Mitglieder Dich und Dein qualitativ hochwertiges Gesundheitssport-Angebot im Internet finden können. Dieses wiederum kannst Du werbewirksam in Deiner Vereinskommunikation zur Bindung bestehender oder Gewinnung neuer Mitglieder einsetzen

Der große Siegel-Check

Du wolltest immer schon mal wissen, was es mit den Siegeln im Gesundheitssport auf sich hat und wo eigentlich die Unterschiede und Gemeinsamkeiten liegen. Wir sind mal tief in die Recherche gegangen und zeigen Dir hier, welche Siegel Du für welche Angebote bekommen kannst

		
Auszeichnung nach klaren Qualitätskriterien	✓	✓
Auszeichnung von Kursangeboten im Gesundheitssport	✓	✓
Auszeichnung von ZPP-anerkannten Bewegungsangeboten mit dem Deutschen Standard Prävention	✓	✓
Auszeichnung von Dauerangeboten im Gesundheitssport	✓	✗
Auszeichnung von Rehabilitationssportangeboten	✓	✗
Darstellung ALLER Gesundheitssport-Angebote auf angebote.NTBwelt.de	✓	✗
Bewegung auf Rezept Berücksichtigung bei Empfehlungen bei Bewegungsmangel und Einbindung in die regionale Rezeptaussstellung unter rezept.NTBwelt.de	✓	✗

Weitere Mehrwerte des Pluspunkt Gesundheit!

Praktische Umsetzungskonzepte

Umsetzungskonzepte für die Vereinsarbeit, exklusive Updates und Ergänzungen (bisher erschienen: Pluspunkt Faszien, Pluspunkt Beckenboden)

Erklärvideos

Wissen Deine Mitglieder, was genau Gesundheitssport ist? Welches Siegel bietet hier den Zugang zu Erklärvideos für Deine Vereinskommunikation auf Deiner Homepage?

Best Practice Beispiele

Vermittlung von gelungenen Umsetzungen und dazugehörigen Kontakten, damit die Gemeinschaft der Turnvereine voneinander lernt und von positiven Erfahrungen profitiert



10. bis 12. Juni 2022 in Osnabrück
Anmeldeschluss: 05. Mai 2022
Infos und Anmeldung: www.NTB-Kongress.de



Werde Online-Marketing-
Experte im Sportverein!
Weitere Infos auf Seite 22 ff.



Folge uns auf
Facebook
@niedersaechsischerturnerbund

Folge uns auf Instagram
@NTB

Digitalisierung

Es wird viel über Digitalisierung gesprochen, auch in Deinem Verein? Das Thema ist unaufhaltsam und bietet große Chancen für die Vereinswelt. Vereinsverwaltung, Online-Buchungstools, soziale Medien oder doch eine APP? Es gibt bereits viele Tools, die Verwaltungsprozesse vereinfachen, den Mitgliederservice deutlich verbessern, Unterstützung für neue kreative Sportangebote bieten oder zur Mitgliedergewinnung beitragen. Nachstehend möchten wir einige digitale Unterstützungsleistungen des NTB vorstellen:

Ausbildung „Online-Marketing-Experte im Sportverein“

Vorbei sind die Zeiten, in denen Mitglieder „einfach so“ in den Sportverein kamen. Hervorragende Qualität und das Gemeinschaftsgefühl allein reichen nicht mehr aus. Dieses auch ansprechend in der Öffentlichkeit darzustellen ist mindestens genauso wichtig wie das Angebot selbst.

Mit der Ausbildung „Online-Marketing-Experte im Sportverein“ zeigen wir Dir, wie Du die Mitgliedergewinnung Deines Vereins auf ein neues Level hebst.

Hier lernst Du u.a.

- warum jeder, egal welchen Wissensstandes, von dieser Ausbildung profitieren kann
- aus der Perspektive des (Neu-)Mitglieds zu schauen
- wie Offline- und Onlinemarketing zusammenhängen und perfekt kombiniert werden können
- wie Du erfolgreiche Anzeigen auf Facebook oder Instagram setzt oder
- wie Dein Verein 10.000 Euro Werbebudget geschenkt bekommen kann.

Ein Kooperationsprojekt von



gefördert durch



Modernste Inhalte ohne komplizierte Sprache:
Werde Teil dieser gemeinsamen Online-Bewegung.

Die Ausbildung „Online-Marketing-Experte“ im Sportverein richtet sich an Beginner und alte Hasen in der Öffentlichkeitsarbeit.

Alle Termine 2022, weitere Informationen und Anmeldemöglichkeiten:

Basic-Modul

18.02 + 25.02.2022	jeweils 14:00 – 18:00 Uhr	Online-Veranstaltung
22.04.2022	16:00 - 20:00 Uhr + 23.04. 09:00 - 13:00 Uhr	Online-Veranstaltung
01.07.2022	14:00 - 18:00 Uhr + 02.07. 09:00 - 13:00 Uhr	Online-Veranstaltung
20.09. + 27.09.2022	jeweils 14:00 – 18:00 Uhr	Online-Veranstaltung

MASTER I-Modul

07.05.2022	09:00 – 13:00 Uhr	Online-Veranstaltung
21.06.2022	16:00 – 20:00 Uhr	Online-Veranstaltung
05.09.2022	14:00 – 18:00 Uhr	Online-Veranstaltung
12.11.2022	09:00 – 13:00 Uhr	Online-Veranstaltung

MASTER II-Modul

25.06.2022	09:00 – 21:00 Uhr	Online-Veranstaltung
13.09.2022	16:00 – 21:00 Uhr	Online-Veranstaltung
16.11.2022	14:00 – 19:00 Uhr	Online-Veranstaltung





Lieblingsverein.de Hochwertige Werbemittel für Deine Vereinsangebote kinderleicht und günstig selbst gestalten

Wie das geht? Auf **Lieblingsverein.de** stehen Dir professionelle Werbemittel-Vorlagen zur Verfügung, die Du ganz unkompliziert so anpassen kannst, dass sie Deine Vereinsangebote in das perfekte Licht rücken. Flyer, Plakate, Social Media Werbemittel und vieles mehr – Du hast viele Möglichkeiten Deine Werbemittel in Deinem Vereins-Design zu gestalten. Auf Lieblingsverein.de findest Du außerdem rechtfreie Vereinsfotos, die Du einfach so verwenden kannst. Selbstverständlich kannst Du auch eigene Fotos einfügen und Deine Flyer und Plakate noch individueller aussehen lassen.

Und natürlich findest Du auf **Lieblingsverein.de** auch die emotionalen Motive der Vereinskampagne #sportVEREINTuns.

Es gibt auf **Lieblingsverein.de** viele Produkte zu entdecken, mit denen Du Deine Vereinskommunikation erleichtern kannst.

Deine Vorteile von Lieblingsverein.de auf einen Blick:

- Du kannst für Dein Vereinsangebot kinderleicht hochwertige Werbemittel gestalten.
- Du kannst die vielen rechtfreien Fotos kostenfrei nutzen
- Du kannst natürlich auf Wunsch auch eigene Fotos hochladen
- Du kannst aus verschiedenen Formaten wählen
- Du kannst die Werbemittel-Vorlagen kostenfrei nutzen und zahlst nur den Druck
- Du kannst Werbemittel, die nicht gedruckt werden müssen, kostenlos herunterladen
- Du sparst nicht nur Geld, sondern auch Zeit

Der professionelle Auftritt Deines Lieblingsvereins. Ganz einfach!



Weitere Informationen:
www.lieblingsverein.de

**LIEBLINGS
VEREIN.DE**

Yolawo – Das Buchungssystem für Deinen Verein

Für viele Vereine wird die Organisation, Verwaltung und Abrechnung von Vereinsangeboten immer aufwendiger. Das Buchungssystem bietet Deinen Mitgliedern eine bequeme Online-Anmeldung zu Deinen Vereinsangeboten. Das spart bis zu 70 Prozent des Verwaltungsaufwandes:

- Einfache & schnelle **Angebotserstellung**
- Begrenzte **Personenanzahl festlegen**
- Intelligente **Wartelistensteuerung**
- Bequeme **Auslastungsübersicht** aller Angebote
- Automatisch generierte **Teilnahmelisten** pro Kurs
- Teilnahmedaten bearbeiten und verwalten
- Teilnahmelisten als Excel herunterladen
- Bequeme **Online-Anmeldung** über Deine Homepage
- Verschiedene Buchungsmasken
- Anzeige **Anzahl freier Plätze**
- **Automatische Buchungsbestätigungen** an die Teilnehmenden

Dieses Online-Buchungssystem lässt sich einfach in Deine Vereinshomepage integrieren und gibt Dir und Deinen Teilnehmern einen schnellen Überblick über die eigenen Vereins-Angebote und deren Kapazitäten.

NTB-Mitgliedsvereine können das Buchungstool die ersten drei Monaten kostenlos nutzen.

Löse Deinen Rabatt-Code **NTB2022** ein unter www.yolawo.de/ntb.



ClubDesk

Das Rundum-sorglos-Paket für die Vereinsverwaltung

ClubDesk ist das smarte Tool für die Online-Vereinsverwaltung. Mit seinen umfassenden Funktionen ist es bestens geeignet für alle Sportvereine. Es lässt sich auch optimal an den individuellen Bedarf von Turnvereinen anpassen.

Wie schaffe ich es, meinen Verein mit möglichst wenig Zeit und auf viele Schultern verteilt zu verwalten? Mit einem onlinegestützten Programm (Tool), das ganz einfach viele Prozesse automatisiert erledigen kann.

Die wichtigsten Vorteile von ClubDesk

Digitalisierung stärkt Vereine (attraktiv für Jugendliche)
 Große Zeitersparnis für alle Ehrenamtlichen
 Datensicherheit und DSGVO-Konformität
 Gute Zusammenarbeit und einfache Amtsübergabe
 Moderner Webauftritt und Top-Service für Mitglieder

Integrierte Vereinswebsite

Der Markt bietet sehr viele Online-Tools, und diese müssen an die individuellen Bedarfe der Vereine anpassbar sein. Der NTB kann aufgrund vieler Gespräche ClubDesk als eine sehr gute Lösung empfehlen. Mach Dir selbst ein Bild von dem, was Du und Dein Verein brauchst und ClubDesk bietet!

NTB-Mitgliedsvereine erhalten einen NTB-Rabatt in Höhe von 25 Prozent für das erste Jahr!

Löse Deinen Rabatt-Code **NTB2022** ein unter www.clubdesk.com/ntb.



GYMWELT

GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

TANZ, VORFÜHRUNGEN UND BEWEGUNGSKUNST

Breakdance
 Akrobatik
 Seniorentanz
 Ballett
 Choreografie
 Jazz Dance
 Folklore
 Dance
 Zirkuskünste
 Spielmannszüge
 Hip Hop
 Modern Dance
 Rendezvous der Besten
 Einrad
 Showgruppen
 Dance2u®

FITNESS

Aerobic
 Frauengymnastik
 LaGYM AROHA®
 HALTUNG UND BEWEGUNG
 Functional Training
 Pilates
 Rehabilitationssport
 Fit-Gym
 AUSDAUERTRAINING
 Diabetes
 Workout
 Step-Aerobic
 Wirbelsäulengymnastik
 Seniorengymnastik
 ENTSPANNUNG
 Sturzprophylaxe
 KAHA®
 Männer-Fitness
 TaiChi
 Beckenbodentraining
 Drums Alive®
 Wassergymnastik
 Herzsport
 4XF CrossTraining
 Funktionstraining
 Osteoporose

GESUNDHEIT

Präventionssport
 TriloChi®
 Rücken Aktiv
 Nackenschule

Geländelauf
 Slacklining
 Nordic Walking
 Abenteuer-sport
 Wasserwandern
 Freizeiten
 Park-sport
 Skigymnastik
 Schne-sport
 Wandern
 Geocaching
 Trekking

NATUR ERLEBNIS

Mit der GYMWELT erfolgreich in die Zukunft

Du engagierst Dich mit Haut und Haaren für Deinen Verein und brennst dafür, Menschen für den Sport sowie die Lust an der gesunden Bewegung zu begeistern? Klasse, dann geht es Dir wie uns. Um zukünftig noch mehr Menschen einen einfachen Zugang zu den vielseitigen Angeboten in Deinem Verein und unzähligen weiteren zu ermöglichen, haben wir die GYMWELT ins Leben gerufen.

GYMWELT ist...

...ein geschütztes Markenzeichen 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 der Turnvereine aus Fitness- und Gesundheitssport, aus Tanz, Vorführungen und Bewegungskunst sowie aus Natur und Erlebnis gebündelt.

GYMWELT – warum?

Ziel der GYMWELT ist es, Sportvereinen zusätzliche Möglichkeiten an die Hand zu geben, um auf dem Markt der Bewegungsanbieter (z. B. kommerzielle Fitnessstudios, Online-Studios, ...) erfolgreich zu agieren. Denn diese erfreuen sich wachsender Be-

liebtheit – zu Lasten von Vereinsangeboten, wie möglicherweise die Deines Vereins. Die Gefahr: Einige Bewegungsangebote in den Vereinen werden womöglich eingestellt. Genau das verhindern wir mit der GYMWELT. Mit Erfolg, wie bundesweit über 1.000 GYMWELT-Vereine eindrucksvoll zeigen. Alle Vereine können dank GYMWELT eine positive Mitgliederentwicklung vorweisen und haben ihre sportlichen Angebote sogar erweitert. Jetzt fügen wir der Erfolgsgeschichte der GYMWELT gemeinsam mit Dir ein neues Kapitel hinzu.

Fünf gute Gründe, warum du Teil der GYMWELT werden solltest.

Das Wichtigste vorab: Die GYMWELT ist für Dich und Deinen Verein kostenlos – aber ganz sicher nicht umsonst. Denn als Teil unserer Bewegung profitierst Du von zahlreichen Vorteilen. Zum Beispiel:

- Als GYMWELT-Verein kannst Du auf liebblingsverein.de zusätzliche hochwertige Werbemittel und eine große Auswahl rechtfreier Fotos für Dein Vereinsangebot nutzen.
- Du wirst ins GYMWELT-Online-Portal eingebunden, auf dem Interessierte nach Angeboten suchen können – und dort auch Deinen Verein finden.
- Du wirst Teil eines niedersachsen- und bundesweiten Netzwerks, in dem Du Dich mit anderen Vereinsvertreterinnen und Vereinsvertretern austauschen kannst.
- Du und Dein Verein profitieren als Teil der Marke GYMWELT von unseren Werbekampagnen und unserer Pressearbeit.
- Du bekommst Unterstützung und die Möglichkeit einer individuellen Beratung – auch vor Ort in Deinem Verein (siehe Seite 16).

Worauf wartest Du noch?

Rund 470 niedersächsische Vereine sind bereits Teil des GYMWELT-Netzwerks.

Die Startkriterien für GYMWELT im Verein sind denkbar einfach:

- Mindestens ein Angebot aus einem der drei GYMWELT-Bereiche
- Mindestens eine lizenzierte Übungsleitung
- Verwendung des GYMWELT-Logos im Internet und in Printmedien
- Mitglied im NTB und Meldung unter Turnen

Übrigens: Alle Informationen sowie den Aufnahmeantrag zur GYMWELT findest Du natürlich auch im Internet unter www.NTBwelt.de/GYMWELT.

Wir freuen uns auf Dich und sehen uns in der GYMWELT!

Du hast noch Fragen?

Dann kontaktiere uns einfach, wir beraten Dich jederzeit gern.

ANSPRECHPARTNERIN

Louisa Katharina Schulz

GYMWELT Zentrale

 (0511) 980 97-44

 (0511) 980 97-48

 GYMWELT@NTBwelt.de

Treffpunkt.NTB-online – GYMWELT-Stammtisch

Du hast ein aktuelles Problem und weißt nicht, wie Du es angehen sollst?

Bei unserm GYMWELT-Stammtisch wollen wir uns mit Dir und anderen Kontaktpersonen der GYMWELT-Vereine online oder vor Ort treffen und in den Austausch gehen. Du kannst Deine Fragen loswerden und erhältst wertvolle Tipps aus der Praxis für Deine Vereinsarbeit. Abgerundet wird der Stammtisch durch Informationen aus dem NTB.

Aktuelle Stammtisch-Termine: www.NTBwelt.de/treffpunkt

Termin	Ort
Do, 03.02.2022	Online-Veranstaltung

Moderation: Petra Pape und Michael Fehst,
Koordinatoren Vereinsservice



Weitere Informationen:
www.NTBwelt.de/GYMWELT



Handreichungen

Der Niedersächsische Turner-Bund hat eine Vielzahl an Handreichungen und Leitfäden für die Vereinspraxis entwickelt und bietet diese im NTB-Shop unter www.NTB-Shop.de an. Einige davon sind sogar kostenfrei erhältlich.

Hier die **TOP 6** unserer Handreichungen



Workbook „Sportverein 2030“

Das Workbook lädt Sportbegeisterte ein, sich aktiv mit der Zukunft des Sports und des Vereinslebens auseinanderzusetzen. Es präsentiert neue Ideen und bietet spannende Einblicke in zukunftsweisende Trends. Mit interaktiven Übungen kann der Leser Schritt für Schritt den Weg in die Zukunft seines eigenen Vereins planen. Kurzum: der perfekte Begleiter für alle, denen die Zukunft ihres Vereins am Herzen liegt.

Weitere Informationen: www.verein2030.de

Handreichung „Mein Weg zu Fördergeldern“

Stell Dir vor, es gibt finanzielle Unterstützungen, und Du weißt, wo Du den Antrag findest!

Mit der Erstellung unseres interaktiven Leitfadens ist es das erste Mal im organisierten Sport in Niedersachsen gelungen, Informationen zu den verschiedensten Fördermitteln und Förderern niedersächsischer Turn- und Sportvereine aufzuarbeiten und in einer Handreichung zu sammeln.

Diese digitale Handreichung bietet einen verständlichen Überblick über Fördermöglichkeiten für die verschiedenen Vereinsaktivitäten und führt gleichzeitig als Leitfaden schnell und sicher zum richtigen Förderangebot und dem dazugehörigen Antrag.



eBook „Engagement gestalten! #systematisch #erfolgreich #motivierend“

In diesem Buch erhältst Du einen Einblick in das Freiwilligenmanagement. Der besondere Wert liegt hierbei in den Praxiserfahrungen aus der Verbandsarbeit, mit den Vereinen und dem Augenmerk auf einzelne blinde Flecken in dem bisherigen Freiwilligenmanagement. Mit diesem Buch kannst Du herausfinden, wie sich auch Dein Verein zu einem engagementfreundlichen Sportverein entwickeln kann.

Das Buch entstand durch die Zusammenarbeit von LandesSportBund Niedersachsen, Niedersächsischer Turner-Bund und Prof. Ronald Wadsack vom Studiengang Sportmanagement der Ostfalia Hochschule in Salzgitter.



Leitfaden „3000 Schritte für die Gesundheit“

Mit dem Konzept „3000 Schritte“ etabliert der NTB leicht zugängliche Bewegungsangebote in Städten und Kommunen und verlässt bewusst das Setting Verein mit seinen typischen Angeboten in Sporthallen. Es

geht darum, in Städten und Kommunen Strukturen zu entwickeln, um ältere Menschen zu erreichen, die die Angebote des organisierten Sports nicht nutzen. In dem Leitfaden für die Projektumsetzung im Verein sind zahlreiche praktische Tipps zu finden.



Material-Ordner „Kommunikation bewegt“ der Niedersächsischen Kinderturnstiftung

Der Material-Ordner für bewegte Sprachanlässe enthält:

- die CD Tschakka-U! mit neun bewegungsanregenden Liedern von Bulli Grundmann
- rund 50 Spiel- und Bewegungsideen zur sprachlichen und persönlichen Entwicklung für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren
- über 200 unterstützende Materialien in Form von Wort-, Zahlen- und Buchstabenkarten sowie Choreografien und diverse Bildkarten mit Tieren, Menschen und Objekten



Weitere Informationen:
www.kinderturnstiftung-nds.de

Handreichung „Pluspunkt Faszien – Das Bewegungskonzept“

Das Thema Faszien ist eines der Trendthemen im Bereich des Gesundheitssport. Du möchtest in diesem Bereich ein Angebot in Deinem Verein durchführen, weißt aber noch nicht genau wie? Du benötigst neue Anregungen und Inspirationen für Dein schon erfolgreich laufendes Angebot im Bereich Faszien?

Diese Handreichung hilft Dir dabei! Neben einer übersichtlichen Einführung in die Theorie und die Methodik rund um das Thema Faszien bietet der Ordner eine Vielzahl an bebilderten Übungskarten mit direkten Hinweisen zur Umsetzung in der Halle!

Stelle Dir mit Hilfe der praktischen Markierungen der Übungskarten mühelos und schnell eine komplette Bewegungsstunde zusammen und führe Sie mit Deinen Teilnehmenden durch!



Alle Handreichungen bzw. Arbeitshilfen sind auch in unserem neugestalteten NTB-Shop zu finden!
www.NTB-Shop.de

Entdecke unseren neuen NTB-Shop!

Jetzt mit all Deinen Lieblingsprodukten!



www.NTB-Shop.de

**Lust auf neue Angebote
in Deinem Verein?
Wir helfen Dir!
Weitere Informationen
auf Seite 16.**



Lehrgänge & Veranstaltungen

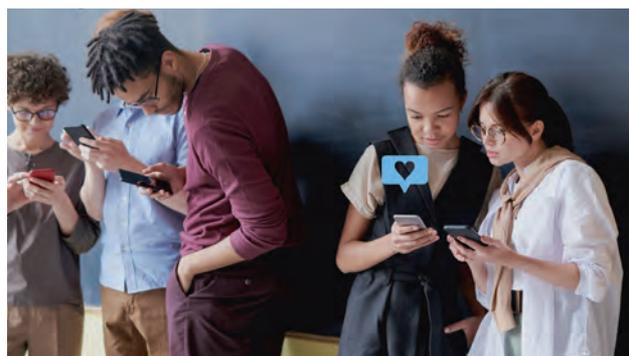
Der Niedersächsische Turner-Bund unterstützt und berät die niedersächsischen Turn- und Sportvereine durch vielfältige Lehrgänge, Veranstaltungen und Workshops:



Dialog.NTB

Mit Beginn der Corona-Krise hat der NTB im Mai 2020 das Online-Format Dialog.NTB geschaffen. Als unterstützenden Vereinsservice in Zeiten der Pandemie und sicherlich darüber hinaus. Mit wechselnden Themen und Schwerpunkten, die sich an den aktuellen Entwicklungen ausrichten, beantworten wir Dir Fragen und geben Anregungen und Hilfestellungen. Ausgerichtet an den Wünschen und Bedürfnissen Deines Vereins. Dies ist ein kostenfreier Service des NTB für seine Mitgliedsvereine.

Weitere Informationen und Termine unter www.NTBwelt.de/dialog



Ausbildung „Online-Marketing-Experte im Sportverein“

Basic-Modul*

18.02 + 25.02.2022	jeweils 14:00 - 18:00 Uhr
22.04.22	16:00 - 20:00 Uhr + 23.04. 09:00 - 13:00 Uhr
01.07.22	14:00 - 18:00 Uhr + 02.07. 09:00 - 13:00 Uhr
20.09. + 27.09.2022	jeweils 14:00 - 18:00 Uhr

MASTER I-Modul*

07.05.2022	09:00 - 13:00 Uhr
21.06.2022	16:00 - 20:00 Uhr
05.09.2022	14:00 - 18:00 Uhr
12.11.2022	09:00 - 13:00 Uhr

MASTER II-Modul*

25.06.2022	09:00 - 21:00 Uhr
13.09.2022	16:00 - 21:00 Uhr
16.11.2022	14:00 - 19:00 Uhr

*jeweils Online-Veranstaltungen



**Deine Anmeldung im
BildungsPortal
bildung.NTBwelt.de**



Zukunftswerkstatt.NTB

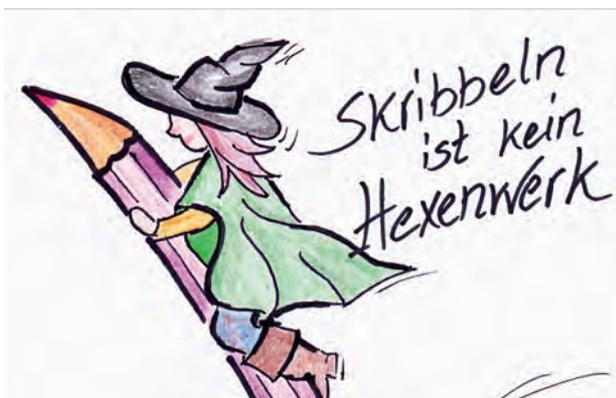
Die Veranstaltung richtet sich an aktive Vereinsführungskräfte sowie Personen, die sich zukünftig aktiv in diesen Bereich einbringen möchten. Die Zukunftswerkstatt.NTB greift aktuelle und wichtige Themen aus der Managementpraxis auf und bietet eine gute Plattform, um mit Vereinsvertretenden ins Gespräch zu kommen.

Nr.	Termin	Ort
650/22	22.01.2022	Fallersleben

GYMWELT-Stammtisch

Beim GYMWELT-Stammtisch wollen wir uns mit Dir und anderen Kontaktpersonen der GYMWELT-Vereine treffen und in den Austausch gehen. Du kannst Deine Fragen loswerden und erhältst wertvolle Tipps aus der Praxis für Deine Vereinsarbeit. Abgerundet wird der Stammtisch durch Informationen vom NTB vor Ort (Turnkreis). Alle Stammtisch-Termine unter: www.NTBwelt.de/treffpunkt

Termin	Ort
03.02.2022	online
Moderation: Petra Pape und Michael Fehst Koordinatoren Vereinsservice	



Skribbeln

Punkt, Punkt, Komma, Strich... wer kennt das von früher nicht? Mit wenigen Strichen Ideen, Prozesse und Diskussionen individuell und ansprechend veranschaulichen – das ist Skribbeln. Wir helfen Dir, Dein Zeichentalent (wieder)zuentdecken!

Nr.	Termin	Ort
480/22	So, 26.03.2022 Referent: Jörg Ide	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: inkl. V.: 35,00 Euro

Angebote für ehrenamtliche Verbandsmitarbeitende

NTB-Internetschulung 2022

Die Schulung richtet sich an die Internet-/ÖA-Beauftragten der Turnkreise und Fachbereiche des NTB. Die Teilnehmenden werden in den Grundlagen des Content Management Systems Typo 3 geschult und in die Lage versetzt, die jeweiligen Seiten des Turnkreises/Fachgebiets eigenständig auf der NTB-Homepage www.NTBwelt.de zu pflegen. Sie ist sowohl für Neulinge als auch für Fortgeschrittene geeignet. Die Schulung wird online als Zoom-Veranstaltung durchgeführt.

Nr.	Termin	Ort
602/22	Di, 15.03.2022 Referentin: Katrin Lühring	online

NTB-Einladung – kostenfrei

Treffen der neuen Engagierten

Speziell für neue Engagierte gibt es das Treffen der neuen Engagierten. An diesem Treffen können auch an einem Engagement Interessierte teilnehmen. Ziel des Treffens ist es, den NTB in seiner Vielfalt kennenzulernen, Menschen im NTB kennenzulernen und Unterstützungsmöglichkeiten genannt zu bekommen.

Weitere Informationen und Anmeldung unter www.NTBwelt.de/ehrenamt

Termin	Ort
Mi, 09.03.2022	online
Mi, 16.11.2022	online
Referentin: Jennifer Knake	

NTB-Hauptausschuss

Termin	Ort
23./24.04.2022	Landesturnschule Melle
24./25.09.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Einladung – kostenfrei

Folge uns auf
Facebook

@niedersaechsicherturnerbund

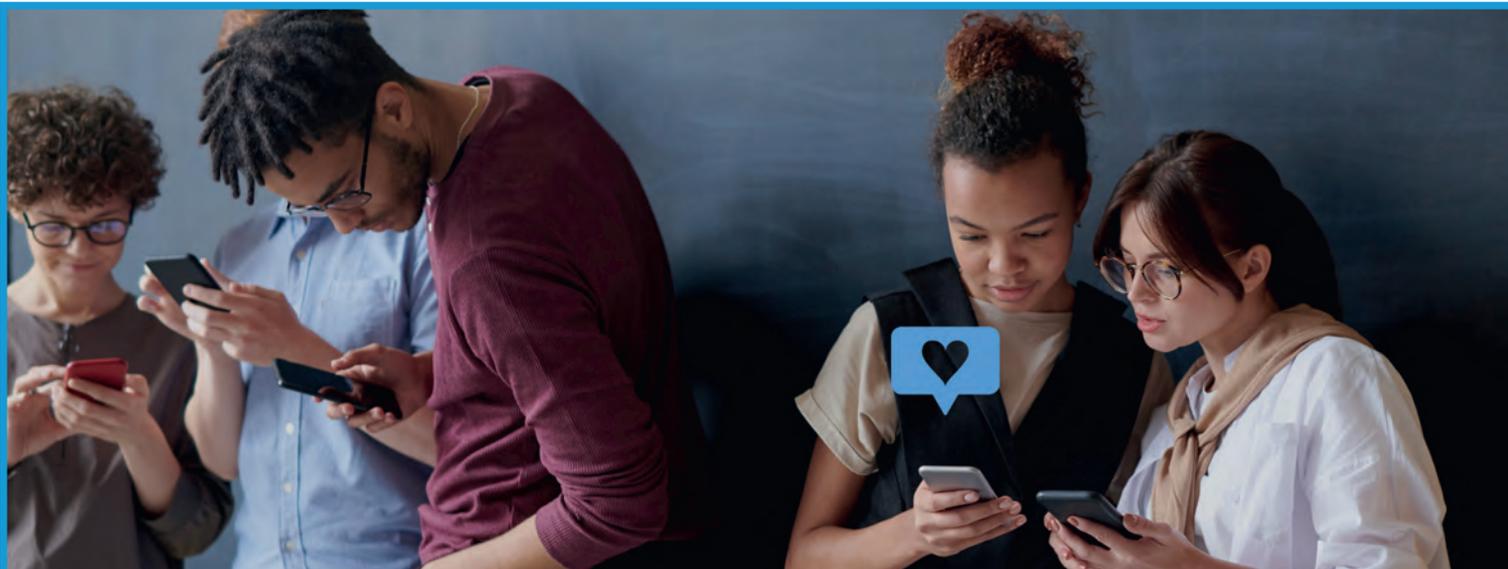


Folge uns auf Instagram

@NTB



Digitalisierung im Verein



Perfekt für Sportvereine und Verbände:

Ausbildung „Online-Marketing-Experte im Sportverein

Vorbei sind die Zeiten, in denen Mitglieder „einfach so“ in den Sportverein kamen. Hervorragende Qualität und das Gemeinschaftsgefühl alleine reichen nicht mehr aus. Dieses auch ansprechend in der Öffentlichkeit darzustellen ist mindestens genauso wichtig wie das Angebot selbst.

Die Ausbildung richtet sich an Anfängerinnen aus dem Vereins- und Verbandsbereich, die

- ihre Öffentlichkeitsarbeit hinterfragen
- neue Impulse benötigen
- die wichtigsten Werkzeuge im Online Marketing kennenlernen und anwenden wollen.

Moderne Inhalte ohne komplizierte Sprache.

www.ntbwelt.de/OME

#sportverein #marketing #digitalmarketing

Der NTB fördert die Digitalisierung im Vereinsumfeld und bietet mit seinen Partnern ClubDesk und Yolawo hilfreiche Tools für die Vereinsverwaltung.

ClubDesk – das Rundum-sorglos-Paket



Eine Online-Vereinssoftware wie ClubDesk kann das Rundum-sorglos-Paket für jeden Turnverein sein, denn sie bietet nicht nur viel Komfort und Vorteile für Turnerinnen und Turner, sondern auch für alle Funktionäre und Trainer. Die wichtigsten Vorteile auf einen Blick

1. Zusammenarbeit und Kommunikation im Verein verbessern
2. Große Zeitersparnis für Ehrenamtliche
3. Daten sicher und gesetzeskonform speichern
4. Moderner Vereinsauftritt mit Top-Service für Mitglieder
5. Sonderkonditionen dank NTB-Partnerschaft

Mehr Infos unter: www.clubdesk.de/ntb

Yolawo – Das kostenlose



Buchungssystem für NTB-Vereine

Ob Kursbuchungen oder Teilnehmerdokumentation, durch die bequeme Online-Anmeldung für Deine Vereinsangebote sparst Du 70 Prozent Deines Verwaltungsaufwandes.

Einfach, sicher, ohne IT Kenntnisse schnell eingerichtet.

Mehr Infos unter: www.yolawo.de/ntb

Lieblingsverein.de

LIEBLINGS VEREIN.DE

Gestalte mit Lieblingsverein.de ganz einfach hochwertige Werbemittel für Deine Vereinsangebote!

Wie das geht? Nutze die Werbemittel-Vorlagen und passe diese für Deinen Verein an. So einfach! Du findest auf Lieblingsverein.de viele Möglichkeiten, um individuellen Plakate, Flyer, Social Media-Werbemittel und vieles mehr in Deinem Vereins-Design zu gestalten. Dir stehen rechtfreie Fotos kostenlos zur Verfügung und Du kannst sogar eigene Bilder einfügen.

Und natürlich findest Du auf Lieblingsverein.de auch die emotionalen Motive der Vereinskampagne #sportVEREINTuns.

www.lieblingsverein.de



www.NTBwelt.de/vereinsservice

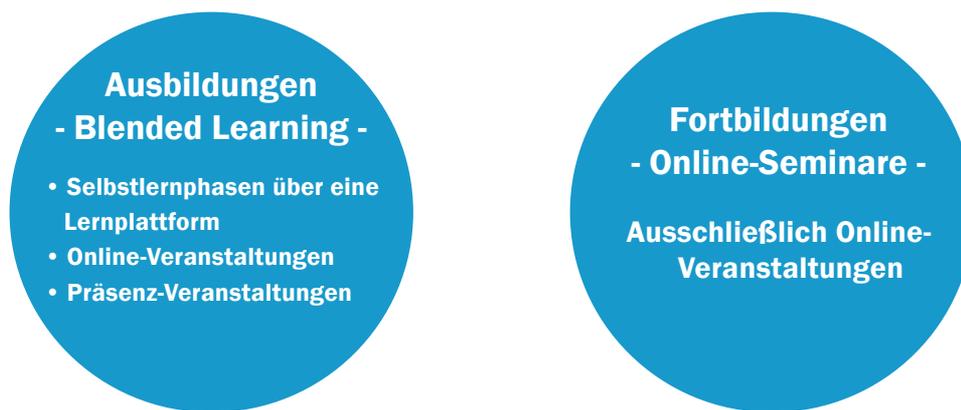


service@NTBwelt.de

NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

Digitale Bildung beim NTB – Mehr Interaktion als Du denkst!

Grundsätzlich werden durch die digitalen Aus- und Fortbildungen dieselben Inhalte vermittelt, wie durch „traditionelle“ Bildungsangebote in Präsenz. Da in digitalen Bildungsangeboten die Inhalte teilweise oder vollständig online vermittelt werden, reduziert sich die Anzahl der Präsenztage. Dadurch wird das Lernen für die Teilnehmenden flexibler und sie können selbst entscheiden, wann sie sich die über eine Lernplattform bereitgestellten Inhalte aneignen. Natürlich wollen wir auch digital nicht auf die Interaktion mit unseren Teilnehmenden verzichten, so dass wir in den Online-Veranstaltungen großen Wert auf den Austausch legen. Weiterhin möchten wir in unseren Ausbildungen auf das Lernen in Präsenz nicht verzichten. Aus diesem Grund planen wir keine Ausbildungen, die ausschließlich digital stattfinden. Wir bieten zwei verschiedene Online-Formate an.



Was benötigst Du?

- Einen Laptop, PC oder größeres Tablet
- Eine stabile Internetverbindung
- Eine Kamera und ein Mikrofon
- Einen ruhigen Arbeitsplatz mit etwas Bewegungsfreiheit
- Idealerweise ein Headset
- Eine wöchentliche Lernzeit von ca. 4 Stunden (nur bei Blended-Learning)

Was wird von Dir erwartet?

- Regelmäßige Anwesenheit
- Spaß und Freude an der Kommunikation über digitale Medien
- Selbstdisziplin zum eigenständigen Lernen
- Interesse an neuen Lernformaten

Beispiel Blended-Learning





UNSERE AUSBILDUNGSSTRUKTUR

Grundlage für das NTB-Ausbildungssystem sind die DOSB Rahmenrichtlinien und die Ausbildungsordnung des Deutschen Turner-Bundes (DTB). Die Ausbildungsordnung umfasst drei Lizenzstufen. Wir bieten Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe und der 2. Lizenzstufe an.

Verbandliche Ausbildungen mit dem Abschluss einer DOSB-Lizenz

Die Ausbildung zur Übungsleiterin und zum Übungsleiter (ÜL) sowie zur Trainerin und zum Trainer auf der 1. Lizenzstufe sind in verschiedene Ausbildungsgänge für unterschiedliche Lizenzprofile eingeteilt:

Der Ausbildungsweg zu Deiner Lizenz beginnt mit dem Einstiegslehrgang. Dieser Lehrgang umfasst 30 Lerneinheiten (LE). Im Einstiegslehrgang erarbeitest Du Dir grundlegendes Wissen und wichtige Erfahrungen für Deine Aufgaben als Übungsleiterin, Übungsleiter oder Trainerin, Trainer.

Für Deinen weiteren Ausbildungsweg entscheidest Du Dich für eines unserer Ausbildungsprofile. Deine Wahl richtet sich einzig und allein nach Deinen persönlichen Interessen. Im Profillehrgang lernst Du die fachspezifischen Inhalte, um Deine Gruppen kompetent leiten und trainieren zu können. Die Profillehrgänge umfassen immer 90 LE.

Aufbauend auf Deine Qualifikation auf der 1. Lizenzstufe kannst Du nach mindestens einem Jahr praktischer Erfahrung im Umgang mit Sportgruppen eine Ausbildung auf der 2. Lizenzstufen beginnen.

Auf der 1. Lizenzstufe werden ebenfalls Ausbildungsgänge für die Bereiche ÜL B - Gesundheitssport sowie Trainerin/Trainer B Breitensport bzw. Trainerin/Trainer B Leistungssport unterschieden.

Für Ausbildungen im Bereich Trainerin/Trainer B Leistungssport ist der DTB zuständig. Bei Interesse an einer Ausbil-

dung in diesem Bereich wende Dich am besten an den Landesfachausschuss dieser Sportart.

Wir bieten alle zwei Jahre eine Trainerin/Trainer B-Ausbildung Choreografie sowie jährlich zahlreiche Ausbildungen im Gesundheitssport an.

Voraussetzung für wirksame Vereinsangebote im Gesundheitssport ist ein grundlegendes Verständnis von Gesundheit und Gesundheitssport. Dieses Fundament für den Gesundheitssport wird im Basislehrgang Gesundheitssport gelegt. Diese Inhalte sind bereits in den Profillehrgängen Fitness & Gesundheit Erwachsene bzw. Fitness & Gesundheit Ältere auf der 1. Lizenzstufen enthalten. Mit diesen Lizenzen kann daher der Basislehrgang übersprungen werden. In den sich anschließenden Aufbaulehrgängen werden jeweils besondere Aspekte für die Zielgruppen Kinder, Erwachsene oder Ältere thematisiert.

Im letzten Schritt erfolgt eine Spezialisierung für den Sport in der Prävention beziehungsweise Sport in der Rehabilitation mit den Ausbildungsabschlüssen

Allgemeines Gesundheitstraining

Haltung & Bewegung/Herz-Kreislaufsystem

- Schwerpunkt Erwachsene
- Schwerpunkt Ältere
- Profil Gesundheitsförderung im Kinderturnen

Sport in der Rehabilitation

- Profil Sport in Herzgruppen
- Profil Sport bei Diabetes
- Profil Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen
- Profil Sport bei Osteoporose

2. Lizenzstufe

ÜL-B

Gesundheitssport

Sport in der Prävention

allgemeines

Gesundheitstraining

- Haltung & Bewegung/ Herz-Kreislauftraining
- Erwachsene
- Ältere

Gesundheitsförderung im Kinderturnen

- optional mit Rehabilitationszertifikat „Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern“

ÜL-B

Gesundheitssport

Sport in der Rehabilitation

Sport in Herzgruppen/ bei Diabetes

Wirbelsäulenerkrankungen / Osteoporose

Aufbaulehrgänge Gesundheitssport

für die Zielgruppen

Kinder, Erwachsene, Ältere

Basislehrgang

Gesundheitssport

1. Lizenzstufe (120 LE)

ÜL-C

Breitensport

zielgruppenorientiert

Eltern-Kind/Kleinkinderturnen

Kinderturnen

Jugendturnen

Trainer-C

Breitensport

sportartspezifisch

Fitness - Aerobic

Tanz

Gerätturnen

Parkour

Wandern

Fitness & Gesundheit Erwachsene

Fitness & Gesundheit Ältere

Trainer-C

Leistungssport

sportartspezifisch

Gerätturnen

Trampolinturnen

Rhönradturnen

Wettkampf-Aerobic

Prellball

Faustball

Korbball

Orientierungslauf

...

Einstiegslehrgang

Vorstufenqualifikationen

VORSTUFENQUALIFIKATION

Unter den Vorstufenqualifikationen sind die VereinsSportAssistenz- und SchulSportAssistenz-Ausbildungen aber auch die JuLeiCa zusammengefasst. Zu diesen Qualifikationen laden wir in erster Linie Jugendliche ein, die einen Einstieg für die Leitung von Turn-, Sport- oder Jugendgruppen suchen. Aber auch für Junggebliebene stellen die Vorstufenqualifikationen interessante niedrighschwellige Qualifizierungsmaßnahmen dar.

VereinsSportAssistenz-Ausbildung (VSA)

Mit der VSA wollen wir junge Menschen, die sich in den Turn- und Sportgruppen unserer Vereine engagieren möchten, an die damit verbundenen Aufgaben heranzuführen. Die Themen und Inhalte werden überwiegend praktisch vermittelt. Die Teilnehmenden werden mit eigener Aktivität und viel Spaß auf die zukünftigen Herausforderungen vorbereitet. Nach Abschluss dieser Qualifikation unterstützen die Absolventen engagiert ihre Übungsleiterin bzw. ihren Übungsleiter bei der Betreuung ihrer Gruppe.

Die VSA ist die Chance, soziale Talente für die fachliche Arbeit im Turnverein zu gewinnen.

Die VSA richtet sich im Schwerpunkt an Jugendliche im Alter zwischen 13 und 16 Jahren, umfasst 30 Lerneinheiten (LE) und gliedert sich in einen Basisbaustein mit 15 LE und verschiedene Angebotsbausteine mit jeweils 15 LE. Die Angebotsbausteine werden für die Lehrgänge individuell festgelegt. Das klassische Format der VSA sind zwei Wochenendlehrgänge von Samstagfrüh bis Sonntagmittag. Teilweise findet die VSA auch als Kompaktlehrgang, beispielsweise in den Ferien, statt.

Die VSA wird von den Turnkreisen angeboten. Die Niedersächsische Turnerjugend (NTJ) unterstützt die Turnkreise auf Anfrage gerne bei der Umsetzung der Lehrgänge.

SchulSportAssistenz-Ausbildung (SchuSpo)

Die SchuSpo verfolgt eine ähnliche Zielsetzung wie die VSA, sie orientiert sich inhaltlich jedoch stärker an den Einsatzmöglichkeiten von Schülerinnen und Schülern in der Schule. Wir wollen damit die verstärkte Zusammenarbeit von Schule und Turnverein in der Ganztagsbetreuung unterstützen. Die SchuSpo ist für Jugendliche eine hervorragende Grundlage für eine qualifizierte Mithilfe im außerunterrichtlichen Schulsport aber auch in den Turn- und Sportvereinen.

An den SchulSportAssistenz-Ausbildungen können Schülerinnen und Schüler ab 13 Jahren teilnehmen. Die Qualifizierung umfasst 32 LE und wird meistens an vier aufeinanderfolgenden Tagen (zum Beispiel Donnerstag bis Sonntag) durchgeführt, sodass ein Schultag der SchuSpo gewidmet wird.

Für Schulen gibt es die Möglichkeit, die SchuSpo im AG-Modell anzubieten. In diesem Fall vermitteln die Sportlehrkräfte in einer entsprechenden Schul-AG einen Teil der Inhalte, die an einem Abschlusswochenende mit einem Team aus Referentinnen und Referenten der NTJ vertieft und ergänzt werden.

JuLeiCa

Hinter dieser seltsamen Bezeichnung steckt die Jugend-LeiterCard. Sie steht für die Qualifikation, Legitimation, und Anerkennung freiwillig Engagierter. Die JuLeiCa ist der bundesweit einheitliche Ausweis des Bundesjugendrings und der Landesjugendringe für die Jugendarbeit. Die JuLeiCa grenzt sich von den vorher beschriebenen Vorstufenqualifikationen durch ihren Schwerpunkt in der überfachlichen Jugendarbeit ab. Natürlich spielen Bewegungsangebote in der Ausbildung eine wichtige Rolle, jedoch liegt der Fokus des Lehrgangs auf überfachlichen Themen und gruppenpädagogischen Inhalten. Dadurch können Turnvereine und Turnkreise im Besonderen von diesen Kompetenzen profitieren. Jugendleiterinnen und Jugendleiter können Projekte leiten, Feste organisieren, Freizeiten gestalten, Jugendgruppen leiten und vieles mehr.

Die JuLeiCa wird für freiwillig Engagierte ab 16 Jahren ausgestellt. Bei uns umfasst die Ausbildung mindestens 50 Stunden plus eine Projektarbeit. Besonders beliebt ist unsere SommerJuLeiCa. In den Sommerferien ist in der Jugendbildungsstätte Baltrum ausreichend Zeit und Raum, um Ausbildung und Freizeit zu kombinieren. Die Ausbildungsinhalte werden direkt erlebt und erprobt. Beim Ergänzungslehrgang während des TujuTreffs in den Herbstferien reflektieren die Teilnehmenden ihre Erfahrungen mit der Projektarbeit.

www.ntj.de/lehrarbeit

www.ntj.de/juleica

lehrarbeit@ntj.de

juleica
jugendleiter | in card

#SPORT
VEREINT
UNS



Bei der Online-Meldung ersetzt der sogenannte NTB-Rabattcode des Vereins den Vereinsstempel. Der NTB-Rabattcode geht dem Verein mit der NTB-Mitgliedsrechnung zu.

Einstiegslehrgang

Im Einstiegslehrgang werden die Grundlagen für alle Lizenzbildungen auf der 1. Lizenzstufe (Übungsleiter C und Trainer C) vermittelt. Du erwirbst das Basiswissen, das für alle aufbauenden Profile gleichermaßen gilt. Der Einstiegslehrgang beinhaltet Theorie- und Praxisanteile und ist für alle Lizenzanwärterinnen und Lizenzanwärter verpflichtend. Nur mit einer vollständigen Teilnahme an allen Lehrgangseinheiten kannst Du den Weg zu Deiner Lizenz fortsetzen.

Nr.	Termin	Ort
001/22	Mo, 10.01. - Do, 13.01.2022	Landesturnschule Melle
002/22	Mo, 07.02. - Do, 10.02.2022	Landesturnschule Melle
003/22	Fr, 11.02. - So, 13.02.2022	Hannover
	Fr, 18.02. - So, 20.02.2022	
004/22	Fr, 11.02. - So, 13.02.2022	Celle
	Fr, 18.02. - So, 20.02.2022	
005/22	Fr, 04.03. - So, 06.03.2022	Westerstede
	Fr, 11.03. - So, 13.03.2022	
006/22	Fr, 04.03. - So, 06.03.2022	Verden
	Fr, 18.03. - So, 20.03.2022	
007/22	Mo, 04.04. - Do, 07.04.2022	Landesturnschule Melle
008/22	Sa, 09.04. - So, 10.04.2022	Nienburg
	Sa, 23.04. - So, 24.04.2022	
009/22	Sa, 07.05. - So, 08.05.2022	Wolfsburg
	Sa, 14.05. - So, 15.05.2022	
010/22	Mo, 16.05. - Do, 19.05.2022	Landesturnschule Melle
011/22	Fr, 24.06. - So, 26.06.2022	Leer
	Fr, 08.07. - So, 10.07.2022	

Nr.	Termin	Ort
012/22	Sa, 25.06. - So, 26.06.2022	Göttingen
	Sa, 02.07. - So, 03.07.2022	
013/22	Mo, 18.07. - Do, 21.07.2022	Landesturnschule Melle
014/22	Fr, 16.09. - So, 18.09.2022	Verden
	Fr, 23.09. - So, 25.09.2022	
015/22	Mo, 17.10. - Do, 20.10.2022	Wolfsburg
016/22	Mo, 24.10. - Do, 27.10.2022	Landesturnschule Melle
017/22	Fr, 04.11. - So, 06.11.2022	Westerstede
	Fr, 18.11. - So, 20.11.2022	
018/22	Mo, 14.11. - Do, 17.11.2022	Landesturnschule Melle
019/22	Sa, 19.11. - So, 20.11.2022	Hildesheim
	Sa, 26.11. - So, 27.11.2022	

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich
 NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 90,00 Euro



Themenbereiche im Einstiegslehrgang:
 Leiten von Gruppen
 Vereinsorganisation und Persönlichkeitsentwicklung
 Stundenplanung
 Grundlagen für die Sportpraxis

Feuerwerk der Turnkunst

ON STAGE

10 %
NTB-Rabatt!

ANiMA

TOURNEE 2022

18.02.22 · Halle (Saale) · Sporthalle Brandberge · 18.30 Uhr
19.02.22 · Walsrode · Heinrich-Kemner-Halle · 14 & 18.30 Uhr
20.02.22 · Hameln · Rattenfänger Halle · 16 Uhr
21.02.22 · Osnabrück · OsnabrückHalle · 18.30 Uhr

22.02.22 · Minden · Kampa-Halle Minden · 18.30 Uhr
23.02.22 · Lingen · EmslandArena · 18.30 Uhr
24.02.22 · Vechta · RASTA Dome · 18.30 Uhr
25.02.22 · Wilhelmshaven · Nordfrost-Arena · 18.30 Uhr

TICKETS & INFORMATIONEN

Mit dem Rabatt-Code **NTB-A22** erhältst Du 10 % Rabatt auf jede bestellte Eintrittskarte. Tickets online platzgenau buchen unter www.turntickets.de sowie in allen bekannten Vorverkaufsstellen. Tickets für Erwachsene ab 30,- €. Kinder, Studierende, Schülerinnen und Schüler erhalten 5,- € Ermäßigung. Kontakt & Informationen: (0511) 980 97-98 - www.feuerwerkderturnkunst.de/onstage Ticketsservice@NTBwelt.de • Geimpfte und Genesene sowie Kinder unter 18 Jahren mit tagesaktuellem negativem Testergebnis sind bei uns auf der sicheren Seite. Die Corona-Regeln der einzelnen Orte findest Du immer aktuell auf www.feuerwerkderturnkunst.de.



GYMWELT im Verein: Erfolgreich in die Zukunft

Die GYMWELT ist ein von den Turnverbänden entwickeltes und geschütztes Markenzeichen für moderne und qualitativ hochwertige Angebote unter anderem im Fitness- und Gesundheitssport (siehe Seite 42 – 85). Sie ist die Dachmarke für die enorme Vielfalt an Vereinsangeboten – von Aerobic über Cross-Fitness bis Wirbelsäulengymnastik, von Pilates bis Yoga sowie Parkour, Wandern und vielem mehr.

Die Marke GYMWELT steht somit für alle Angebote, die das körperliche, geistige und soziale Wohlbefinden verbessern und die Lebensqualität steigern. Dabei sollen die Menschen in unseren Turn- und Sportvereinen eine Gemeinschaft erleben und lebensbegleitende Bewegungs- und Sportangebote finden.

Die Marke GYMWELT bietet die Möglichkeit, die Vereinsangebote aus den Bereichen „Fitness“, „Gesundheit“, „Tanz, Vorführungen und Bewegungskunst“ sowie „Natur Erlebnis“ hervorzuheben und sich mit einer wiedererkennbaren Angebotsstruktur zu positionieren. Zudem bietet der NTB umfangreiche Informationen, gibt seinen Vereinen Hilfestellungen bei der Umsetzung und stellt Handlungsleitfäden zur Verfügung. Nicht zu vergessen, unterstützt der NTB öffentlichkeitswirksame Werbemaßnahmen.

Qualität sichern durch Bildung

Die gleichbleibend gute Qualität der GYMWELT-Angebote in den Vereinen wird durch die Aus- und Fortbildung der rund 12.000 qualifizierten Übungsleiterinnen und Übungsleiter in den über 2.800 niedersächsischen Turnvereinen sichergestellt. Damit alle Übungsleitenden das passende Bildungsangebot schnell und unkompliziert finden, bieten wir auf den folgenden Seiten eine Übersicht unserer Lehrgänge. Aufgeteilt in die vier Themenbereiche der GYMWELT, den Angeboten für das Kinderturnen, für Jugendliche und für unsere Sportarten werden die Aus-, Fort- und Weiterbildungen strukturiert – genau so, wie unsere Vereine ihre sportlichen Angebote gliedern können. Sie fassen die unterschiedlichen Bewegungsschwerpunkte zusammen. Jedem dieser Themenbereiche ist eine bestimmte Farbe zugeordnet. Entsprechend diesem Farbleitsystem werden auf den folgenden Seiten die zugehörigen Aus-, Fort- und Weiterbildungsange-

bote dargestellt. Wer also ein Angebot aus der Themenwelt Fitness sucht, orientiert sich an der Farbe Orange. Angebote der Themenwelt Tanz, Vorführungen und Bewegungskunst haben die Farbe Lila, und die Themenwelt Natur und Erlebnis trägt die Farbe Türkis. Das Farbleitsystem erleichtert also die Orientierung innerhalb der umfangreichen und vielfältigen Angebotspalette.

Weitere Details, wie zum Beispiel Anerkennungen für die Lizenz- und Zertifikatsverlängerungen, findest Du in unserem BildungsPortal.

FITNESS

GESUNDHEIT

NATUR
ERLEBNIS

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

TANZ, VORFÜHRUNGEN
UND BEWEGUNGSKUNST



Themenbereiche

gesundheitsorientiert und lebensbegleitend	Seite 42/ 58
Functional Training / Studio	Seite 43/ 62
Groupfitness	Seite 48/ 64
Body Mind	Seite 49/ 66
Ruhe, Achtsamkeit und Entspannung	Seite 54/ 71
weitere	Seite 56/ 73

AUSBILDUNGEN

DOSB-Lizenzbildungen

Fitness und Gesundheit

Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (1. Lizenzstufe/90 LE)

Diese Ausbildung mit dem Schwerpunkt Erwachsene bildet den Abschluss Deiner ersten ÜL-Qualifikation. Neben den Grundlagen in den Bereichen Trainingslehre, Ausdauer, Koordination sowie Kraft- und Dehnfähigkeit werden darüber hinaus die wesentlichen Hintergründe und Einsatzmöglichkeiten psychosozialer Gesundheitsressourcen vermittelt. Somit bist Du im Anschluss in der Lage, eine Gesundheitssportstunde zu planen und umzusetzen.

Nr.	Termin	Ort
032/22	Mo, 24.01. – Mi, 26.01.2022	Landesturnschule Melle
	Sa, 26.02. – So, 27.02.2022	
028/22	Mo, 07.03. – Fr, 11.03.2022	Hannover
	Fr, 13.05. – So, 15.05.2022	
029/22	Fr, 17.06. – So, 19.06.2022	Verden
	Fr, 24.06. – So, 26.06.2022	
	Fr, 16.09. – So, 18.09.2022	
	Fr, 23.09. – So, 25.09.2022	
030/22	Fr, 16.09. – So, 18.09.2022	Jever
	Fr, 07.10. – So, 09.10.2022	
	Sa, 05.11. – So, 06.11.2022	
	Fr, 09.12. – So, 11.12.2022	
031/22	Mo, 17.10. – Fr, 21.10.2022	Landesturnschule Melle
	Mi, 14.12. – Fr, 16.12.2022	

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich
NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 160,00 Euro

Fitness-Aerobic

Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness-Aerobic (1. Lizenzstufe/90 LE)

Dieses Profil schafft die besten Voraussetzungen zum Unterrichten von GroupFitness-Kursen. Aerobic und Stepaerobic verbinden ein ideales Herzkreislauftraining mit einer guten Koordinationsschulung, bei der der Spaß an der Bewegung zur Musik im Vordergrund steht. Angesprochen werden Personen mit gutem Rhythmusgefühl und Erfahrungen als Teilnehmende.

Nr.	Termin	Ort
038/22	Fr, 22.04. – So, 24.04.2022	Clausthal-Zellerfeld
	Fr, 29.04. – So, 01.05.2022	
	Fr, 13.05. – So, 15.05.2022	
	Fr, 03.06. – Sa, 04.06.2022	
039/22	Mo, 05.09. – Fr, 09.09.2022	Landesturnschule Melle
	Fr, 28.10. – So, 30.10.2022	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 240,00 Euro

Trainer C Freizeit- und Breitensport - Fitness und Gesundheit Schwerpunkt Ältere (1. Lizenzstufe/90 LE)

Diese Ausbildung mit dem Schwerpunkt Ältere vermittelt grundsätzlich die Inhalte des Profils Erwachsene. Zusätzlich wird auf die besondere Bedeutung der Achtsamkeit und der Atmung eingegangen sowie eine Verbindung zwischen sportlicher Aktivität und gesundheitsförderlicher Wirkungen im fortgeschrittenen Alter hergestellt. Diese Ausbildung spricht explizit auch Übungsleitende an, die selbst in einem fortgeschrittenen Alter sind.

Nr.	Termin	Ort
033/22	Mo, 02.05. – Fr, 06.05.2022	Landesturnschule Melle
	Fr, 24.06. – So, 26.06.2022	
034/22	Fr, 09.09. – So, 11.09.2022	Leer
	Fr, 23.09. – So, 25.09.2022	
	Fr, 11.11. – So, 13.11.2022	
	Fr, 25.11. – So, 27.11.2022	

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich
NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 160,00 Euro

Trainer C Freizeit- und Breitensport - Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Natursport Sommer (1. Lizenzstufe/90 LE)

Immer mehr Menschen zieht es nach draußen! Sie wollen sich an der frischen Luft bewegen, Natur erleben. Dieser Trend zurück zur Natur wird zusehends stärker. Wenn Du in Deinem Verein Angebote im Bereich Natur Erlebnis leiten möchtest, ist dies genau die richtige Ausbildung für Dich. Du lernst, wie Du erlebnisreich gesundheitsorientierte und fitnesstärkende Übungsstunden gestalten kannst.

Nr.	Termin	Ort
035/22	Fr, 22.04. – So, 24.04.2022	Celle
	Fr, 06.05. – So, 08.05.2022	
	Fr, 20.05. – So, 22.05.2022	
	Fr, 01.07. – So, 03.07.2022	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 240,00 Euro



DTB-Kursleiter, DTB-Lehrer, DTB-Trainer, -Instructor

Functional Training

4XF Functional Training

Functional Training ist eine Trainingsmethode, bei der die unterschiedlichen Muskelgruppen nicht isoliert, sondern integriert in unterschiedliche Bewegungsmuster trainiert werden. Durch das Training in Muskelketten – das sind Muskeln bzw. Muskelgruppen, die erst durch ihr Zusammenspiel komplexe Bewegungen erzeugen – verbessern sich deren Zusammenarbeit und somit auch die Leistungsfähigkeit sowie die Funktionalität. Dies kommt sowohl der Athletin und dem Athleten als auch der Freizeitsportlerin und dem Freizeitsportler zugute, da sich das Konzept des Functional Trainings sehr stark an der Funktionalität von Alltags- und Sportbewegungen orientiert. Der 4XF Functional Training Coach ist eine modulare Zertifikats-Ausbildung und setzt sich aus Basismodulen und Aufbaumodulen zusammen. Die Ausbildung befähigt Trainerinnen und Trainer, in unterschiedlichen Bereichen des vielfältigen und umfangreichen Handlungsfeldes Functional Training tätig zu werden.

Voraussetzung für die Teilnahme an den Basismodulen ist das Basismodul Gesundheitstraining, der DTB-Fitnesstrainer/in Studio (ehemals DTB-Trainer/in GeräteFitness), der DTB-Trainer GroupFitness oder eine gültige Übungsleiter- bzw. Trainer-Lizenz. Abschluss: Das Zertifikat „4XF-Functional Training Coach (DTB)“ ist unbegrenzt gültig und muss nicht verlängert werden. Um das erworbene Grundwissen zu festigen, zu erweitern und zu aktualisieren, empfehlen wir unsere weiterführenden Functional Training Fortbildungen.

4XF Instructor/in Functional Training Basic (17 LE)

Inhalte: Die 4XF Functional Training Philosophie, Grundlagen des Functional Trainings/Medizinischer Hintergrund, Trainingsmethodik, Gestaltung einer Trainingseinheit/Einfache Trainingsprogramme/Intervall und Zirkeltraining, Functional Training in der Prävention/für Fitnesssportler, Trainingsgeräte/Tools im Functional Training, Kleine Auswahl und Durchführung von sportmotorischen Tests im Functional Training, Dynamisches Aufwärmen/Mobility/Cool down, Basisübungen und Basic Workouts zur Steigerung von Flexibilität/Schnelligkeit/Stabilisation und Rumpfkraft (Core)/Kraft/Koordination/Ausdauer, Grundlegende Progressionen erlernen.

Nr.	Termin	Ort
729a/22	Sa, 19.02. – So, 20.02.2022	Hannover
	Referent: Christoph Weber	
729b/22	Sa, 02.07. – So, 03.07.2022	Hannover
	Referent: Christoph Weber	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 320,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 360,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 225,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro

DTB-Akademie

AUSBILDUNGSWEGE
FUNCTIONAL TRAINING UND CROSSTRAINING

4XF Functional Training Coach (DTB)

CrossTraining Coach

Aufbaumodule

mind. 16 LE

- Advanced Exercises 8 LE
- Athletic-Training 8 LE
- Screens & Correct Exercises 8 LE
- Programming 8 LE

Aufbaumodul

- Langhanteltraining 16 LE

Basismodule

mind. 20 LE

- CrossTraining 20 LE
- Core & Stability 10 LE
- ToughClass 10 LE
- Outdoor FitCamp 10 LE

Basismodule

- CrossTraining 20 LE

Pflichtmodul

- Functional Training Basic 17 LE

Voraussetzungen

- Basismodul Fitness- & Gesundheitstraining
- oder Basismodul GroupFitness
- oder Basismodul Fitnessstudio (ehemals GeräteFitness)
- oder Übungsleiter*in/Trainer*in -Lizenz
- oder professionelle Ausbildung

4XF Instructor/in CrossTraining (20 LE)

Inhalte: Die CrossTraining Philosophie, Typische CrossTraining Übungen, Typische CrossTraining Geräte: Medizinball, Springseil, Langhantelstange, Turnkästen, Turnringe, Klimmzugstange/Reckstange, Kugelhantel/Kurzhandel etc., Workouts of the Day (WODs), Trainingsplanung, CrossTraining für Vereine, Personal Trainerinnen und -Trainer, Fitnessstudios, Planung, Einrichtung, Marketing und Organisation von CrossTraining Angeboten.

Nr.	Termin	Ort
740a/22	Sa, 25.06. – So, 26.06.2022	Hannover
	Referent: Christoph Weber	
740b/22	Sa, 05.11. – So, 06.11.2022	Hannover
	Referent: Christoph Weber	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 355,00 Euro,

Sonstige: mit V./Ü.: 395,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 260,00 Euro,

Sonstige: ohne V./Ü.: 300,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro



4XF Instructor Core & Stability (10 LE)

Sensomotorisches Training für Fitness, Gesundheit und Leistung. Diese Weiterbildung bereitet Trainerinnen und Trainer sowie Übungsleiterinnen und Übungsleiter umfassend darauf vor, ein effektives Core und Stabilisationstraining durchführen zu können. Dabei geht es darum, die Teilnehmenden auf Basis der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse im Bereich der Sensomotorik zu qualifizieren, stabilisierende Bewegungsprogramme für Fitness, Gesundheit und zur Leistungssteigerung anbieten zu können.

Nr.	Termin	Ort
820/22	So, 13.03.2022	Verden
Referentin: Anke Haberlandt		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 130,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 165,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

4XF Slingtraining – Programm 2022 (8 LE)

Der Schlingentrainer ist ein vielseitiges Trainingstool, mit dem der ganze Körper trainiert wird. Benötigt wird lediglich eine Möglichkeit, den Sling zu befestigen, sei es ein Türanker, ein Baumstamm oder ähnliches. Ansonsten wird der Widerstand über den Winkel verändert und durch das eigene Körpergewicht bestimmt.

Nr.	Termin	Ort
825/22	Sa, 23.04.2022	Hannover
Referent: Christoph Weber		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

4XF Kettlebelltraining – Programm 2022 (8 LE)

Diese Fortbildung führt in die Benutzung der Kettlebell ein, sie zeigt die grundlegenden Übungen, erläutert die wichtigsten Techniken und gibt Raum, um diese Techniken zu erlernen. Zudem wird ein differenzierter methodischer Trainingsaufbau anwendungsnah vermittelt.

Nr.	Termin	Ort
827/22	So, 24.04.2022	Hannover
Referent: Christoph Weber		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

4XF Instructor/in Outdoor Fitcamp (10 LE)

Raus aus der stickigen Luft vieler Sporthallen und Fitnesscenter und rein in die freie Natur. Das Outdoor FitCamp bietet Fitnessinteressierten neue Erfahrungen und einen Motivationsschub durch das Training an der frischen Luft. Basierend auf abwechslungsreichen und dadurch niemals langweiligen Trainingsprogrammen werden Natur, Spaß und hartes Training in Einklang gebracht.

Nr.	Termin	Ort
860/22	Sa, 03.09.2022	Hannover
Referent: Christoph Weber		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 130,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 165,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro



4XF Advanced Exercises (8 LE)

In dieser Weiterbildung werden die erlernten Grundkenntnisse des Functional Trainings weiter ausgebaut. Neben der Erweiterung es Übungspools steht der methodische Trainingsaufbau im Vordergrund.

Nr.	Termin	Ort
863/22	So, 04.09.2022	Hannover
Referent: Christoph Weber		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

4XF Functional Bodybuilding und Kraftaufbau nach Jim Wendler 5/3/1 (8 LE)

In dieser Fortbildung wird das Functional Bodybuilding vermittelt, um für diejenige Zielgruppe ein neues Angebot zu haben, die funktionelle Muskelmasse aufbauen will, um gesund zu sein und gut auszusehen. Im zweiten Teil der Fortbildung wird in Theorie und Praxis vermittelt, wie man ein Krafttraining 5/3/1 nach Jim Wendler plant.

Nr.	Termin	Ort
872/22	Sa, 08.10.2022	Hannover
Referent: Christoph Weber		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro



4XF Functional Bodybuilding und Kraftaufbau nach Jim Wendler 5/3/1 (8 LE)

In dieser Fortbildung wird das Functional Bodybuilding vermittelt, um für diejenige Zielgruppe ein neues Angebot zu haben, die funktionelle Muskelmasse aufbauen will, um gesund zu sein und gut auszusehen. Im zweiten Teil der Fortbildung wird in Theorie und Praxis vermittelt, wie man ein Krafttraining 5/3/1 nach Jim Wendler plant.

Nr.	Termin	Ort
872/22	Sa, 08.10.2022	Hannover

Referent: Christoph Weber

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

4XF Instructor/in ToughClass (10 LE)

Dieses 4XF Workout für große Gruppen begeistert alle, denen bisherige GroupFitness Formate zu kompliziert, zu choreografisch, zu rhythmusorientiert oder zu tänzerisch waren und die sich gemäß ihrem individuellen Leistungsvermögen auspowern wollen.

Nr.	Termin	Ort
874/22	So, 09.10.2022	Hannover

Referent: Christoph Weber

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 130,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 165,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

4XF Lang- und Kurzhanteltraining (8 LE)

Im Functional Training stellt das Üben mit freien Gewichten einen Schwerpunkt dar. So rücken statt moderner Studio Fitnessgeräte eher traditionelle Geräte, wie Langhantel, Kurzhanteln oder Kettlebells, in den Vordergrund. Diese Fortbildung führt in die Benutzung der Langhantel ein, zeigt die grundlegenden Übungen, erläutert die wichtigsten Techniken und gibt Raum, um diese Techniken zu erlernen. Zudem wird ein differenzierter methodischer Trainingsaufbau anwendungsnah vermittelt. Des Weiteren wird ein Ausblick auf das Gewichtheben gegeben.

Nr.	Termin	Ort
888/22	Sa, 03.12.2022	Hannover

Referent: Christoph Weber

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

4XF Athletik für Mannschaften und Einzelpersonen (8 LE)

Bei diesem Aufbaumodul liegt ein besonderer Fokus auf der Betreuung von Sportlerinnen und Sportlern sowie auf Mannschaften. Darüber hinaus wird die Anwendung des Functional Trainings im Gruppensetting und im Fitnessbereich vertieft.

Nr.	Termin	Ort
889/22	So, 04.12.2022	Hannover

Referent: Christoph Weber

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

„Funktional trainieren und kräftigen“ (8 LE)

Bei dieser Fortbildung erhalten alle Teilnehmenden die Einweisung in das standardisierte und ZPP-geprüfte Kursprogramm „Funktional trainieren und kräftigen“. Dieses Kursprogramm kombiniert verschiedene Bewegungen zu komplexen Übungen des Alltags, sodass gleichzeitig mehrere Muskelgruppen angesprochen werden. Trainiert wird mit eigenem Körpergewicht und diversen Kleingeräten wie Gewichtskugeln, elastischen Übungsbändern und Koordinationstools. Dieses Ganzkörpertraining ist sowohl für Frau als auch Mann geeignet, um Bewegungen zu erlernen, eine Athletik zu erreichen und die eigene Ausdauer zu verbessern.

Nr.	Termin	Ort
854/22	So, 28.08.2022	Verden

Referent: Christoph Weber

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro



Angaben zur Anerkennung für die Lizenz- und Zertifikatsverlängerungen findest Du im BildungsPortal.



Fitnessstraining Studio

DTB-Fitnesstrainer/in Studio

Der Bedarf an qualifizierten Trainerinnen und Trainern für Fitness- und Vereinsstudios wächst. Die Ausbildung vermittelt wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse zum Kraft- und Ausdauertraining an Geräten, zum großen Trendthema Functional Training, welches derzeit das Fitnessstraining im Studio stark beeinflusst und verändert, zu Mobility und Dehntechniken, zu Tests und zur Trainingsplanung sowie den entsprechenden Trainings- und Vermittlungsmethoden. Die Ausbildung ist geeignet für alle Interessierten, die in einem Fitness-Studio arbeiten wollen. Sie bietet Übungsleitenden, Sportfachkräften, Gymnastiklehrerinnen und Gymnastiklehrern, Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten sowie Trainerinnen und Trainern die Möglichkeit, sich berufsspezifisch weiterzubilden. Der modulare Aufbau der Ausbildung ermöglicht den Teilnehmenden eine individuelle Planung ihrer Qualifikation. Von Vorteil ist jedoch, die Ausbildungsmodulare zusammenhängend zu planen. Der begonnene gemeinsame Lernprozess und die Gruppendynamik wirken sich positiv auf die persönliche Motivation aus. Das DTB-Fitnesstrainer Studio-Zertifikat muss alle zwei Jahre mit einer fachspezifischen Fortbildungsmaßnahme (mit 8 Lerneinheiten) verlängert werden.

DTB-Master-Fitnesstrainer/in Studio

Diese Ausbildung trägt den unterschiedlichen Anforderungsprofilen an Fitnesstrainerinnen und Fitnesstrainer Rechnung und setzt sich aus zwei thematisch abgrenzbaren Mastermodulen sowie einer Prüfung (Coaching & Lernerfolgskontrolle) zusammen. Gemeinsam decken das stärker fitness- und athletikbasierte Modul für ein leistungsorientierteres Publikum sowie das stärker präventiv und rehabilitativ ausgerichtete Modul für eine vorwiegend gesundheitsorientierte Klientel das gesamte Spektrum möglicher Arbeitsbereiche für Fitnesstrainerinnen und Fitnesstrainer ab. Die Vergabe des Prüfungsthemas erfolgt beim Besuch des zweiten Mastermoduls.

DTB-Kursleiter/in FASZIO® Grundausbildung Kompakt (38 LE)

Kompaktausbildung (38 LE) - Teil 1 + 2 werden an vier aufeinanderfolgenden Tagen absolviert.

Teil I:

- Umfangreiche fasziale Grundkenntnisse
- Vorstellung der sieben FASZIO® Strategien
- Modell der Faszienleitbahnen
- Typologisches Faszientraining

Entdecken von ungewöhnlichen Bewegungsmöglichkeiten

- Förderung der Bewegungskompetenz und Leistungsfähigkeit
- Praxisbeispiele
- Musterstunden

Teil II:

- Vertiefung der faszialen Zusammenhänge
- Ideen für den Einsatz des faszialen Trainings in Sport und Alltag
- Outdoor-Einheit zur kreativen Umsetzung in natürlicher Umgebung
- Releasing-Techniken mit den FASZIO® Bällen
- Praxisbeispiele
- Musterstunden
- Eigenverantwortliche Übungsentwicklung in Kleingruppen
- Supervision zur professionellen und selbständigen Umsetzung

Nr.	Termin	Ort
770/22	Mo, 21.03. - Do, 24.03.2022	Landesturnschule Melle
Referentin: Heike Oellerich		

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 570,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 650,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 20,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 360,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 440,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 20,00 Euro

DTB-Akademie

AUSBILDUNGSWEG FITNESSSTRAINING

DTB-Master-Fitnesstrainer*in Studio

Coaching & Lernerfolgskontrolle **10 LE**

MASTERMODUL 25 LE
DTB-Fitnesstrainer*in Studio
Functional Fitness & Athletik

+

MASTERMODUL 25 LE
DTB-Fitnesstrainer*in Studio
Gesundheits-training & Prävention

DTB-Fitnesstrainer*in Studio

- Prüfung **10 LE**
- Aufbaumodul **50 LE**
- Basismodul **60 LE**

DTB-Fitnesstrainer/in Studio – Basismodul (60 LE)

Inhalte: Grundlagen Sportmedizin, Anatomie, Trainingslehre, Biomechanik, Gerätekenntnis und -training (Kraft- und Cardio-Geräte Grundpool), Grundlagen Functional Training, Grundlagen der Trainingsplanung und der Organisation des Trainingsbetriebes, Kompetenzen eines Trainers – Trainerverhalten, Trainingsplanung und Trainingsbetreuung; Betreuung der Teilnehmenden, Handling von Trainingsplänen.

Nr.	Termin	Ort
720/22	Mo, 14.03. - Fr, 18.03.2022	Landesturnschule Melle
Referentin: Michaela Oltmanns		

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 770,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 860,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 30,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 480,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 570,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 30,00 Euro

DTB-Fitnesstrainer/in Studio – Aufbaumodul (50 LE)

Inhalte: Mobility, Stretching, Faszientraining, Core & Stability, Gerätekenntnis und -training (Variationen, Seilzug, Kurz und Langhantel, Kettlebell, TRX), Screenings (Kraft, Verkürzung, Ausdauer, Koordination, Functional), Zielgruppentraining und Kontraindikationen, Ernährung, Trainingslehre und Trainingsplanung (ILB, Maximalkrafttests, sanftes Krafttraining und Erstellung von Trainingsplänen), Prüfungsvorbereitung und Lehrproben.

Nr.	Termin	Ort
721/22	Mo, 27.06. - Fr, 01.07.2022	Landesturnschule Melle
Referentin: Michaela Oltmanns		

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 695,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 785,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 30,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 405,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 495,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 30,00 Euro



DTB-Fitnesstrainer/in Studio – Prüfung (10 LE)

Die Lernerfolgskontrolle besteht aus folgenden Teilen: Theoretische Prüfung und/oder Prüfungsgespräch; Praktische Prüfung.

Nr.	Termin	Ort
722/22	Sa, 10.09.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Michaela Oltmanns

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 130,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 160,00 Euro



DTB-Master-Fitnesstrainer/in Studio – Gesundheitstraining & Prävention – (25 LE)

Inhalte: Prävention für Spezielle Risikogruppen; Trainingssteuerung und Geräteeinsatz/Übungsauswahl bei gesundheitlichen Einschränkungen; Aufbautraining nach Sportverletzungen; Spezielle Zielgruppe der Älteren; Ernährung für spezielle Zielgruppen; Sensomotorisches Training – Stufenmodell; Fallstudien und unterrichtsbegleitende Lernerfolgskontrollen.

Nr.	Termin	Ort
723b/22	Mi, 12.10. – Fr, 14.10.2022	Landesturnschule Melle

Referent: Chris Löffler

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro
 Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro
 NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

DTB-Master-Fitnesstrainer/in Studio – Functional Fitness & Athletik – (25 LE)

Inhalte: Advanced Exercises – erweitertes Übungsrepertoire, Warm Up, Mobility, Movement preps, Tools; Programming – individuelle Trainingspläne, Periodisierung, Analyse, WODs; Screens & Corrective Exercises – Übungsanweisungen, Korrekte Ausführung und Korrektur, FMS; Athletik für Einzelpersonen & Mannschaften – Sportvorbereitung, Verletzungsprophylaxe, Athletik; spezielle Krafttrainingsmethoden (Leistungssport und Fitness) und unterrichtsbegleitende Lernerfolgskontrollen.

Nr.	Termin	Ort
723a/22	Mo, 10.10. – Mi, 12.10.2022	Landesturnschule Melle

Referent: Chris Löffler

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro
 Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro
 NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

DTB-Master-Fitnesstrainer/in Studio – Prüfung (10 LE)

Nach bestandener Prüfung erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat mit dem Abschluss „DTB-Master-Fitnesstrainer/in Studio“.

Nr.	Termin	Ort
723c/22	Sa, 03.12.2022	Landesturnschule Melle

Referent: Chris Löffler

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 130,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 160,00 Euro



Groupfitness



Drums Alive®-Instructor/in (15 LE)

Drums Alive® – das ganzheitliche Workout verbindet einfache aber dynamische Bewegungen mit dem pulsierenden Trommelrhythmus. Drums Alive® steckt voller motivierender Musik und steigert die physische als auch die mentale Fitness. Drums Alive® ist für Jung und Alt und bringt eine Vielzahl an positiven Effekten, wie Verbesserung der sozialen und emotionalen Gesundheit. Vorgestellt und erarbeitet wird ein neuer innovativer Weg, wie Trommeln und Tanzen, propriozeptives, Gleichgewichts- und Koordinationstraining sowie sanfte Bewegung mit anderen Fitnessmodalitäten kombiniert werden können.

Nr.	Termin	Ort
719/22	Sa, 26.03. – So, 27.03.2022	Landesturnschule Melle

Referentinnen: Sharon und Frauke Jackson

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 290,00 Euro
 Sonstige: mit V./Ü.: 345,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro
 NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 195,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 250,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro

AROHA®-Instructor/in (15 LE)

In dieser Weiterbildung lernst DU das faszinierende Konzept von AROHA® kennen. Ausdrucksstarke kraftvolle Bewegungen werden mit sanften, entspannenden Bewegungen verbunden und ergeben so ein innovatives Cardio Workout, das die Kraft der Mitte, die innere Zentriertheit und ein allgemeines Wohlfühlgefühl spüren lässt und so für alle Altersgruppen und unterschiedliche Fitnesslevel geeignet ist.

Nr.	Termin	Ort
735/22	Sa, 21.05. – So, 22.05.2022	Verden

Referentin: Stefanie Manig/AROHA®-Team

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 290,00 Euro
 Sonstige: mit V./Ü.: 345,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro
 NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 195,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 250,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro

KAHA® Instructor/in (15 LE)

KAHA® heißt übersetzt aus der Sprache der Maori „energiegeladen“ und wurde von Bernhard Jakszt mit Unterstützung von Simone Müller, Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten sowie Sportwissenschaftlerinnen und Sportwissenschaftlern entwickelt. Es ist inspiriert vom Taiji, Qigong, Aroha und dem klassischen Yoga. Langsam und fließend geht eine Bewegung in die andere über, sodass immer genügend Zeit bleibt, diese kontrolliert auszuführen und einen sofortigen Effekt zu spüren. Eine gesunde Balance zwischen Beweglichkeit und Stabilität des Körpers. Es kräftigt, dehnt und entspannt entscheidende Muskelgruppen und führt zu innerer Ruhe. Die Musik stammt von Bands aus Neuseeland und Hawaii und verstärkt die Emotionen und Motivation.

Nr.	Termin	Ort
737a/22	Sa, 26.03. – So, 27.03.2022	Hannover
737b/22	Sa, 15.10. – So, 16.10.2022	Hannover

Referentin: Stefanie Manig/KAHA®-Team

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 290,00 Euro
 Sonstige: mit V./Ü.: 345,00 Euro
 NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 195,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 250,00 Euro



Folge uns auf Instagram
@NTB



Yoga

Ausbildungsweg

Yoga bietet eine Vielfalt an Möglichkeiten, die Gesundheit und das Lebensgefühl der Menschen zu aktivieren und zu verbessern. Es kommt der Suche der Menschen nach einem Ausgleich in einem von Hektik, Stress und Reizüberflutung geprägten Alltag entgegen. Neben den körperlichen Aspekten der Yogapraxis, wie Verbesserung von Muskelkraft, Durchblutung, Gleichgewicht und Flexibilität, wirkt Yoga auf das mentale und emotionale Erleben. Yoga unterstützt die Fähigkeit, sich körperlich und mental zu entspannen, mit Stress besser klarzukommen, in belastenden Situationen gelassener zu reagieren und neue Energien zu mobilisieren. Die Stufen 1 – 5 der Ausbildung zum DTB-Kursleiter Yoga bauen aufeinander auf und müssen in entsprechender Reihenfolge gebucht werden. Dabei sollten die Stufen 3 – 5 an demselben Ausbildungszentrum der DTB-Akademie absolviert werden, da hier bereits die Abschluss-Supervision vorbereitet wird. „Schnupperteilnehmende“, die keinen Abschluss machen wollen, können an den Stufen 1, 2 und 3 teilnehmen und diese in vorgegebener Abfolge als eigenständige Weiterbildung buchen.

Lizenzierte DTB-Kursleiterinnen und -Kursleiter Yoga können sich durch Absolvierung der drei Aufbaukurse und anschließender Supervision zum DTB-Yogalehrer (220 LE) weiterbilden. Die Aufbaukurse müssen nacheinander absolviert werden. Wir empfehlen die AufbauModule an einem Standort bzw. bei einer Referentin bzw. einem Referenten durchzuführen.

Für die lizenzierten DTB-Yogalehrerinnen und -Yogalehrer (220 LE) gibt es die Möglichkeit, sich durch Absolvierung von Mastermodulen zur DTB-Yogalehrerin bzw. zum DTB-Yogalehrer (520 LE) weiterzubilden. Jeder Modul-Block umfasst drei Module und eine Supervision. Wir empfehlen die Absolvierung eines Modul-Blocks an einem Standort. Die Reihenfolge ist beliebig. Nach Absolvierung aller Master-Module und Supervisionskurse wird die Weiterbildung mit einem Prüfungsmodul und einer Abschlussarbeit beendet.

DTB-Akademie

AUSBILDUNGSWEG YOGA

DTB- (Mastermodule) Yogalehrer*in (520 LE)

- Prüfung & Abschlussarbeit **50 LE**
- Mastermodule Yoga & Psychologie + Supervision **75 LE**
- Mastermodule Yoga & Philosophie + Supervision **75 LE**
- Mastermodule Yoga & Anatomie + Supervision **75 LE**

DTB- (Stufe 1-5) Kursleiter*in Yoga

- 20 LE** • 5 - Supervision
- 25 LE** • 4 - Yoga unterrichten und anleiten
- 25 LE** • 3 - Mit Yoga ins Gleichgewicht
- 25 LE** • 2 - Yoga rund um die Wirbelsäule
- 25 LE** • 1 - Das Facettenreichtum des Hatha-Yoga

DTB- (Aufbaukurse) Yogalehrer*in (220 LE)

- Supervision **25 LE**
- 3 - Pranayama **25 LE**
- 2 - Asana-Variationen **25 LE**
- 1 - Yoga Adjustments **25 LE**

Voraussetzungen

- Basismodul Fitness - und Gesundheitstraining
- oder ÜL-/Trainer*in-Lizenz
- oder DTB-Trainer*in
- oder prof. Ausbildung
- und 1/2 Jahr praktische Yogaerfahrung

DTB-Kursleiter/in Yoga, Stufe 1 „Das Feuer erwecken – Der Facettenreichtum des Hatha-Yoga“ (25 LE)

Inhalte: Geschichte, Hintergründe und philosophische Grundlagen; Der achtgliedrige Yogapfad nach Patanjali, Grundlagen des Hatha Yoga; Die Bedeutung der Wahrnehmung im Yoga Unterricht; Grundhaltung (Asanas) und Bewegungsabläufe (Karanas/Flows); Formen der Asana Praxis (dynamisch, statisch); Hinführungsübungen zum Sonnengruß und Sonnengrußmodifikationen; Grundlagen der Yoga Atmung, Asana Analyse, Tiefenentspannung; Modellstunden.

Nr.	Termin	Ort
705/22	Fr, 04.03. – So, 06.03.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Christiane Jaschiniok

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

DTB-Kursleiter/in Yoga, Stufe 2 „Energie im Fluss – Yoga rund um die Wirbelsäule“ (25 LE)

Inhalte: das Chakrasystem; Energieanatomie (Nadis, Prana)

Nr.	Termin	Ort
706/22	Mi, 27.04. – Fr, 29.04.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Christiane Jaschiniok

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro



Deine Anmeldung im BildungsPortal bildung.NTBwelt.de



DTB-Kursleiter/in Yoga, Stufe 3 „Zur Ruhe kommen – Mit Yoga ins Gleichgewicht“ (25 LE)

Inhalte: Anahata Chakra (Weite im Herzraum), Stundenanalyse; Vishuddha Chakra (Übungen für Hals, Nacken, Schulterbereich); Ajna Chakra (Gleichgewichtshaltungen, Umkehrstellungen); themenbezogene Entspannungs- und Visualisierungsübungen; Yoga Nidra (der yogische Heilschlaf); Asana Analyse (Stand, Rückbeugen, Rotationen, Umkehrhaltungen); Symbolik und Bedeutung der praktizierten Asanas; Entspannung: westliche und östliche Ansätze und Sichtweisen; die Gunas: Manifestationen der Energien.

Nr.	Termin	Ort
707/22	Fr, 24.06. – So, 26.06.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Christiane Jaschiniok

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

DTB-Kursleiter/in Yoga, Stufe 4 „Schritt für Schritt in die eigene Unterrichtspraxis – Yoga unterrichten und anleiten“ (25 LE)

Inhalte: Vinyasa Krama: In sinnvollen Schritten zu einem Asana/Karana Stundenbild; Bedeutung von Hinführungs- und Vorbereitungsübungen; Methodik und Didaktik im Yoga Unterricht, allgemeine Formen des Yoga Unterrichts; Ansätze zur Gestaltung, Konzeption und Aufbau einer Yogastunde; Anleiten im Unterricht: Bedeutung von Sprache und Stimme; Modellstunden: Gleichgewichtshaltungen und Energiefluss; Unterrichtsprinzipien und -techniken, Stundenanalyse, Lehrproben.

Nr.	Termin	Ort
708/22	Fr, 26.08. – So, 28.08.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Christiane Jaschiniok

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

DTB-Kursleiter/in Yoga, Stufe 5 „Den Gipfel erklimmen – Supervisionskurs“ (20 LE)

Inhalte: Abgabe der schriftlichen Stundenausarbeitungen an die Ausbildungsleitung; Praktische Lehrprobe; Supervision der Teilnehmenden und individuelles Coaching; Feedback durch die Ausbildungsleitung und gemeinsamer Abschluss.

Nr.	Termin	Ort
709/22	Mo, 03.10. – Mi, 05.10.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Christiane Jaschiniok

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 265,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 305,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 170,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 210,00 Euro

Weiterbildung zum/zur DTB-Yogalehrer/in – Aufbaukurs 1 – Yoga Adjustments (25 LE)

Inhalte: Allgemeine Formen der Unterstützung (Hilfsmittel, Berührung, verbal); Intensive Asanapraxis: Kursreihen, in denen aktiv erlebt werden kann, wie sich Adjustments anfühlen und wie sie in Folge als aktiver Part ausgeführt werden; Formen der Partnerarbeit (beide aktiv/aktivpassiv); Energie- und Sensibilisierungsübungen; Entspannung und Meditation.

Nr.	Termin	Ort
710/22	Fr, 11.02. – So, 13.02.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Kerstin Bornemann

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

Weiterbildung zum/zur DTB-Yogalehrer/in – Aufbaukurs 2 – Weiterführende Asana-Variationen (25 LE)

Inhalte: Einführung und Variationen von Umkehrhaltungen; Standhaltungen und Rotationen; Fortgeschrittene Balancehaltungen; Kraft und Stützübungen (und schrittweise Hinführung zur eigenen Unterrichtspraxis); Komplexe Karana Varianten; Heldenserie; Einführung in die Bhagavadgita; Entspannung und Meditation.

Nr.	Termin	Ort
711/22	Fr, 25.03. – So, 27.03.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Kerstin Bornemann

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

Weiterbildung zum/zur DTB-Yogalehrer/in – Aufbaukurs 3 – Pranayama – Die Atemscheule des Hatha Yoga (25 LE)

Inhalte: Pranayama: Samana, Langhana, Brmhana betont, Bedeutung und Techniken von Kumbhaka (Atemleere/Atemfülle), Bandhas, Feinstoffphysiologie: Pancha Kosha (5 Hüllen) und Pancha Vayu (Aspekte des Prana).

Nr.	Termin	Ort
712/22	Fr, 17.06. – So, 19.06.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Kerstin Bornemann

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

Weiterbildung zum/zur DTB-Yogalehrer/in – Supervision (20 LE)

Inhalte: Abgabe der Stundenausarbeitungen; Eigene Präsentation einer Stundenphase; Feedback, Supervision und Coaching durch die Ausbildungsleiterin oder den Ausbildungsleiter und gemeinsamer Abschluss.

Nr.	Termin	Ort
713/22	Fr, 26.08. – So, 28.08.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Kerstin Bornemann

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 265,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 305,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 170,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 210,00 Euro

Mastermodul Yoga & Philosophie: II – Yoga im Kontext der Bhagavadgita (25 LE)

Dieses Mastermodul greift die Lerninhalte aus dem Aufbaukurs 2 der Weiterbildung zur DTB Yogalehrerin bzw. zum DTB-Yogalehrer (220 LE) auf. Aufbauend auf der Rahmenhandlung der Bhagavadgita und anderer klassischer Schriften werden die vier Yoga-Wege als Mittel der Befreiung vermittelt. Eine Mischung aus Themenstunden, Textstudium, praktischen Übungen, Meditation und Selbsterforschung erläutert und begleitet jeden der vier Wege und macht sie erfahrbar.

Nr.	Termin	Ort
760b/22	Fr, 06.05. – So, 08.05.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Christiane Jaschiniok

Bildungsurlaub wird aktuell beantragt.

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

Mastermodul Yoga & Philosophie III: „Yoga & Alignment“ (25 LE)

Die innere und äußere Ausrichtung in Bezug auf die Yoga-Praxis steht in diesem Modul im Fokus. Die eigene Asanapraxis wird verfeinert und vertieft in Hinblick auf die physische und mentale Ausrichtung und Positionierung. Durch das vergleichende Studium klassischer, philosophischer Yogatexte, deren Übereinstimmungen und Unterschiede, wird die innere Ausrichtung und Intension in Bezug auf die Yoga-Praxis und auf den eigenen Yoga-Weg erforscht und erweitert.

Nr.	Termin	Ort
760c/22	Fr, 15.07. – So, 17.07.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Christiane Jaschiniok

Bildungsurlaub wird aktuell beantragt.

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

Mastermodul Yoga & Philosophie: Supervision (25 LE)

Supervision der drei Mastermodule Yoga & Philosophie. Alle Module eines Themenblocks und die dazugehörige Supervision müssen an einem Standort bzw. dem/der gleichen Referent*in absolviert werden.

Nr.	Termin	Ort
760d/22	Fr, 18.11. – So, 20.11.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Christiane Jaschiniok

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 265,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 305,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 170,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 210,00 Euro

Pilates

DTB-Trainer Pilates

Die DTB-Trainer-Weiterbildung Pilates umfasst insgesamt fünf Stufen. Nach der Stufe 2 sind die Teilnehmenden in der Lage, erste Pilates-Stunden anzuleiten. In den darauffolgenden Stufen 3 und 4 werden die Kenntnisse erweitert und bereits Gelerntes vertieft. Die anschließende Supervision stellt ein individuelles Coaching dar. Die Stufen 3, 4 und 5 müssen bei demselben Ausbildungszentrum der DTB-Akademie nacheinander absolviert werden. Es wird empfohlen, die Stufe 3 und 4 sowie den Supervisionskurs (Stufe 5) innerhalb von zwei Jahren zu absolvieren.

DTB-Akademie

AUSBILDUNGSWEG
PILATES

DTB-Trainer*in Pilates

- Stufe 5 (Supervision)
- Stufe 1-4

20 LE

100 LE

Voraussetzungen

- Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining
- oder ÜL-/Trainer*in-Lizenz
- oder prof. Ausbildung

DTB-Trainer Pilates, Stufe 1 „Pilates kennen lernen – Powerhouse, Muskeln und Methoden“ (25 LE)

Inhalte: Joseph Pilates und seine Geschichte; Bewegungsprinzipien der Pilates-Methode; Das Powerhouse und seine Muskulatur; Erlernen der Atemtechnik; Ausgewählte Übungen aus dem Mattenprogramm; Die Integration der Übungen in den Unterricht; Erweiterung des Übungsprogramms durch Einbeziehung des Pilates Balance-Ball.

Nr.	Termin	Ort
700/22	Mo, 14.02. – Mi, 16.02.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Helena Wiebe

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

DTB-Trainer/in Pilates, Stufe 2 „Pilates aufbauen – das Übungsprogramm erweitern“ (25 LE)

Inhalte: Erweitertes Übungsprogramm; Pilates Anatomie; Der Einsatz von Kleingeräten; Stundenaufbau und Lehrverhalten; Lernkontrolle.

Nr.	Termin	Ort
701/22	Mo, 25.04. – Mi, 27.04.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Helena Wiebe

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro



DTB-Trainer/in Pilates, Stufe 3 „Schritt für Schritt in die eigene Unterrichtspraxis – Pilates unterrichten und anleiten mit Pilates Equipment“ (25 LE)

Inhalte: Vertiefung der Basisübungen; Einführung, Entwicklung und methodischer Aufbau von Pilates-Übungen im mittleren und höheren Level; Einführung von typischem Pilates-Equipment, wie zum Beispiel Pilates-Rolle, Pilates-Circle, Sitzball. Erweiterung des Übungsrepertoires durch das Hinzunehmen der Geräte und zur Entwicklung neuer Stundenformate; Methodik: Wie baue ich Übungen an, wie baue ich sie langsam auf?, Vermittlung von methodischen Reihen; Pilates Trainingslehre – wie erreichen meine Teilnehmenden einen fortlaufenden und dauerhaften Trainingserfolg; Weiterführende Anatomie; Übungen professionell instruieren; Haltungs- und Bewegungsfehler bei der Durchführung des Trainings erkennen und gezielt korrigieren; Aufbau einer Pilates Stunde; Ideenpool für den Stundenbeginn; Modellstunden; Kurze Lehrprobe mit individueller Rückmeldung.

Nr.	Termin	Ort
702/22	Mo, 06.06. – Mi, 08.06.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Helena Wiebe

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro



Deine Anmeldung im
BildungsPortal
bildung.NTBweit.de

DTB-Trainer/in Pilates, Stufe 4 „Gesundheitsfördernd und vielfältig – Gesundheits-Know-how“ (25 LE)

Inhalte: Wie gestalte ich eine harmonische Pilates-Stunde mit einem gelungenen Stundeneinstieg und einem passenden Stundenabschluss; Erarbeiten von Bewegungsverbindungen: Pilates Flow; Kontraindikationen und Risikogruppen; gesundheitsfördernde Aspekte des Pilates Trainings; Kraftaufbau und Stabilisation; Kurze Lehrprobe mit individueller Rückmeldung zur Prüfungsvorbereitung; Vergabe der Supervisionsthemen.

Nr.	Termin	Ort
703/22	Mo, 19.09. – Mi, 21.09.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Helena Wiebe

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

DTB-Trainer/in Pilates, Stufe 5 „Das Ziel vor Augen – Supervisionskurs“ (20 LE)

Inhalte: Abgabe der schriftlichen Stundenausarbeitungen vorab; Supervision der Teilnehmenden, individuelles Coaching; Praktische Lehrprobe; Gemeinsamer Abschluss der Ausbildung.

Nr.	Termin	Ort
704/22	Mo, 21.11. – Mi, 23.11.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Helena Wiebe

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 265,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 305,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 170,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 210,00 Euro

Angaben zur Anerkennung für die Lizenz- und Zertifikatsverlängerungen findest Du im BildungsPortal.



#SPORT
VEREINT
UNS



Ruhe, Achtsamkeit & Entspannung

Stoffwechsel-Trainer/in (15 LE)

In dieser Fortbildung stehen Einblicke in die Grundlagen unseres Energiestoffwechsels und Methoden der Diagnostik im Mittelpunkt. Praxisnahe Tipps und Tricks zur Optimierung der Ernährung und des Trainings für eine gezielte Gewichtsreduktion runden diese spannende Fortbildung ab. Im Theorieteil wird alles Wichtige zum Thema Stoffwechsel und Ernährung vermittelt, im praktischen Teil geht es um gezieltes Fettstoffwechseltraining, wie z. B. Intervall oder Tabatatraining.

Nr.	Termin	Ort
714/22	Sa, 10.09. - So, 11.09.2022 Referent: Adriano Valentini	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: 294,00 Euro,

Sonstige: 329,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro

NTB-Mitglieder: 199,00 Euro,

Sonstige: 234,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro



Kursleiter/in Meditation – Teil 1 (20 LE)

Immer mehr Menschen verspüren in sich den Wunsch nach mehr innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und Kraft. Einfach mal nichts tun und wieder auftanken. Seit tausenden von Jahren nutzt die Menschheit dazu verschiedenste Meditationsformen, um diese innere Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden. Yogi Vidyananda (Rainer Kersten) meditiert seit 1994 täglich mehrere Stunden und möchte in dieser Ausbildung seine Erfahrungswerte nutzen, um Interessierte darin zu schulen, Kursleiterin oder Kursleiter für Meditation zu werden und auch für sich selbst diese innere Kraft zu entdecken. Die Ausbildung in Theorie und Praxis findet im Schulungs- und Meditationszentrum in Kirchhatten im Oldenburger Land statt, eine Stätte der Ruhe und Achtsamkeit. Die Gesamtausbildung beginnt mit diesem Schnupperwochenende und schließt nach insgesamt 120 Unterrichtseinheiten in vier Blöcken mit einem Zertifikat „Kursleiter/in Meditation“ ab.

Nr.	Termin	Ort
754a/22	Sa, 05.03. - So, 06.03.2022 Referent: Yogi Vidyananda (Rainer Kersten)	Online-Veranstaltung
754b/22	Sa, 09.07. - So, 10.07.2022 Referent: Yogi Vidyananda (Rainer Kersten)	Kirchhatten
754c/22	Sa, 12.11. - So, 13.11.2022 Referent: Yogi Vidyananda (Rainer Kersten)	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 170,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 190,00 Euro

Kursleiter/in Meditation – Teil 2 (50 LE)

Nach dem ersten Schnupperwochenende setzt sich die Ausbildung zum „Kursleiter Meditation“ mit dem großen Ausbildungsblock von fünf Tagen fort. Aufbauend auf den Techniken des Schnupperwochenendes wird den Teilnehmenden vor allem ein tieferer Einblick in die Chakrenlehre und die Leitung von Meditationslehrgängen gegeben. Verschiedenste Partnerübungen, Gesprächsführungen, geführte und stille Meditationen werden thematisiert.

Nr.	Termin	Ort
755/22	Mo, 23.05.2022 - Fr, 27.05.2022 Referent: Yogi Vidyananda (Rainer Kersten)	Kirchhatten

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 425,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 445,00 Euro

Kursleiter/in Meditation – Teil 3 (20 LE)

Im dritten kleinen Ausbildungsblock wird die Chakrenlehre mit den höheren Chakren weiter vertieft, und es werden die Kernaussagen der großen heiligen Schriften und Meister erörtert. Das Abschlusswochenende mit der schriftlichen und praktischen Überprüfung wird intensiv vorbereitet.

Nr.	Termin	Ort
756/22	Sa, 27.08. - So, 28.08.2022 Referent: Yogi Vidyananda (Rainer Kersten)	Kirchhatten

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 170,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 190,00 Euro



Im NTB-Shop erhältlich:
Das Umsetzungskonzept
„Pluspunkt Faszien“!

www.NTB-Shop.de

DTB-Kursleiter/in Entspannungstechniken (25 LE)

Entspannungstechniken spielen heutzutage eine große Rolle in der Stressprophylaxe und -bewältigung. Dabei gibt es so viele unterschiedliche Entspannungstechniken, wie es Menschen gibt. Diese Ausbildung bietet einen umfangreichen Einblick in die Vielfalt der Entspannungstechniken und wie Du sie vermittelst. Techniken für den Körper, Geist und Seele werden gleichermaßen vorgestellt und ihre Wirkung auf das Wohlbefinden der Teilnehmenden erlebbar gemacht.

Nr.	Termin	Ort
730/22	Mo, 04.07. - Mi, 06.07.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Jana Scharr

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

DTB-Kursleiter/in Stressbewältigung durch Achtsamkeit (25 LE)

In der gesundheitlichen Prävention rückt das Thema Stressbewältigung immer mehr in den Vordergrund, denn Stress empfindet heutzutage nahezu jeder – zumindest zeitweilig. Er führt zu physiologischen und psychologischen Reaktionen unseres Körpers und kann langfristig zu Erschöpfung und Krankheit führen. In dieser Ausbildung wird vermittelt, wie gestresste Menschen durch Achtsamkeits- und Entspannungstraining wieder ins Gleichgewicht kommen können. Die systematische Kursgestaltung für Gruppen und das Training mit Einzelpersonen werden hierzu erläutert und in Modellstunden vorgestellt. Das Beherrschen dieser Techniken ermöglicht einen gelasseneren Umgang mit Stress und das Erleben von mehr Lebensfreude und positiver Energie

Nr.	Termin	Ort
734/22	Mi, 06.07. - Fr, 08.07.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Jana Scharr

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

Kursleiter/in Reiz, Ruhe, Stille (25 LE)

In der heutigen Zeit der stressigen Industriegesellschaften gibt es eine wahre Reizüberflutung, die nicht in Gänze verarbeitet werden kann. Zusätzlich werden Körper und Geist durch fehlende Bewegung und/oder Schlafmangel in Mitleidenschaft gezogen. Durch eine etwas andere Betrachtungsweise sollen diese Themen neu entdeckt und das Training und die Regeneration anders gestaltet werden.

Nr.	Termin	Ort
715/22	Mi, 15.06. - Fr, 17.06.2022	Landesturnschule Melle

Referent: Chris Löffler

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro



Deine Anmeldung im BildungsPortal bildung.NTBwelt.de



Schwangerschaft und Babys



GYMWELT
Ausbildungen

DTB-Kursleiter/in Fit in der Schwangerschaft (15 LE)

Oftmals sind Frauen in der Schwangerschaft verunsichert, wissen nicht welche Art von Bewegung und mit welcher Intensität sie diese betreiben dürfen. Gerade deshalb ist es hilfreich, sich einer Gruppe anzuschließen, die eine qualifizierte und vertrauenswürdige Kursleitung hat und einige andere Frauen, die diese Zeit ebenfalls sehr sensibel und wachsam durchlaufen. Ziel ist es, werdenden Müttern zu zeigen, wie sie mit der richtigen Bewegung ihre Gesamtkonstitution verbessern können. Die Übungen sind speziell auf die Besonderheiten der schwangeren Frauen abgestimmt. Kraft, Beweglichkeit und auch das Herz-Kreislauf-System werden auf sanfte Art und Weise angesprochen.

Nr.	Termin	Ort
716/22	Sa, 07.05. - So, 08.05.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Claudia Fiedler

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 264,00 Euro
 Sonstige: mit V./Ü.: 299,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro
 NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 169,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 204,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 10,00 Euro

DTB-Kursleiter/in „Babys in Bewegung Kompaktkurs“ (40 LE)

Babys erobern über Bewegung und Sinneswahrnehmungen die Welt. Sie sind von Anfang an aktiv, interessiert und lernfähig. Die Babys in den einzelnen Entwicklungsphasen zu begleiten und sie so zu unterstützen, ist das Ziel des Kurses „Babys in Bewegung – mit allen Sinnen“. Entwickelt von Cornelia Lohmann (Entspannungspädagogin, Familienbegleiterin, PEKiP Gruppenleiterin). Die Weiterbildung gliedert sich in zwei Module: Modul 1: Das Baby von drei bis sechs Monaten; Modul 2: Das Baby von sechs bis zwölf Monaten.

Nr.	Termin	Ort
732/22	Fr, 01.07. - Mi, 06.07.2022	Online-Veranstaltung
	Mo, 04.07. - Di, 06.07.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Manuela Weschenfelder

Bildungsurlaub möglich
 NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 595,00 Euro
 Sonstige: mit V./Ü.: 515,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 20,00 Euro
 NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 420,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 340,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 20,00 Euro

Angaben zur Anerkennung für die Lizenz- und Zertifikatsverlängerungen findest Du im BildungsPortal.





**Gestalte kinderleicht hochwertige Flyer,
Plakate, Social Media Motive und vieles
mehr für Dein Vereinsangebot!**

**Wähle aus einer Vielzahl
einfach zu bedienender
Vorlagen und rechtfreier
Vereinsfotos!**

FORTBILDUNGEN

Lebensbegleitende allgemeine Fitness

Well + Fit – eine Woche für Frauen

Eine Woche der besonderen Art: Nach dem Motto „raus aus dem Alltag“ erleben die Teilnehmerinnen ein abwechslungsreiches Programm. Mit der Besinnung auf den eigenen Körper und sich selbst - dies aber im Kreis gleichgesinnter Frauen - gibt es zwischen diversen Fitness- und Entspannungsangeboten in und um Melle Einiges zu entdecken. Im Frühjahr/Sommer das Aufblühen der Landschaft beim Radfahren, Laufen oder Schwimmen. In der Winterwoche vielleicht schon die ersten Schneeflocken und das Weihnachtsmarktambiente in Melle und Osnabrück. Geplante Angebote: Indoor-Fitness, Outdoor-Fitness, Kultur, also eine gute Mischung zur Entspannung von Körper und Seele. Weitere Angebote bei Zuzahlung möglich: Sauna, Massage, Schwimmen, u.a.

Nr.	Termin	Ort
110/22	Mo, 20.06. – Fr, 24.06.2022	Landesturnschule Melle
111/22	Mo, 05.12. – Fr, 09.12.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 275,00 Euro

Fit-Gym Powerman

Ein bunt gemischtes Programm erwartet die Trainerinnen und Trainer und Übungsleitenden in dieser Fortbildung. Alles was dazu gehört, um fit zu sein und zu bleiben! Gearbeitet wird mit und nach Musik zu aktuellen Themen aus der Fit-Gym-Szene. Das Wochenende richtet sich an Trainerinnen und Trainer aus den Bereichen Fitness und Gesundheit, Männer und Frauen zwischen 20 und 80 Jahren, die ihren Teilnehmenden abwechslungsreichen Unterricht bieten wollen. Viele Ideen für den Unterricht werden an diesem Wochenende vermittelt und natürlich auch praktisch umgesetzt. Der Schwerpunkt liegt auf aktuellen Fitnessangeboten für drinnen und draußen und einer effektiven Trainingssteuerung – es darf also auch geschwitzt werden. Geplanter Ablauf: Wählbare Workshops

Nr.	Termin	Ort
112/22	Fr, 02.09. – So, 04.09.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro





Fit im Kopf und überhaupt – Bridge und Bewegung (15 LE)

Bridge ist ein Kartenspiel und gleichzeitig Training für das Gehirn. Diese für den Kopf anstrengenden Bridgeeinheiten werden durch unterschiedliche Bewegungsangebote ergänzt, z.B. Rhythmus und Bewegung, Bewegung in der Natur, Denken und Bewegen, Wahrnehmung und Entspannung.

Nr.	Termin	Ort
132/22	Mo, 27.06. – Fr, 01.07.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 260,00 Euro

Älter werden – eine Lebensaufgabe (15 LE)

Wir nutzen die besondere Atmosphäre der Jugendbildungsstätte auf Baltrum mitten im Naturschutzgebiet, um gemeinsam über das Älterwerden nachzudenken. Dabei geht es u.a. um die eigene Person, die Rolle als Übungsleitende, und auch die älter werdenden Teilnehmenden in den Gruppen. Lebenslang lernen wir, aktiv unser Leben erfolgreich zu gestalten. Das Leben findet in der Zeit zwischen gestern und morgen statt, und es gilt, den Moment wahrzunehmen und zu leben.

Nr.	Termin	Ort
133/22	So, 09.10. – Fr, 14.10.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 210,00 Euro



Älter werden – aktiv bleiben – Aktivierung auch bei Bewegungseinschränkungen (15LE)

Diese Fortbildungen qualifizieren Interessierte in der Vereinsarbeit und in anderen gemeinnützigen Institutionen, ganzheitliche Bewegungsarbeit anzuleiten. Sie sind besonders interessant für Übungsleitende und Vereine, die z.B. mit Altenpflegeeinrichtungen kooperieren wollen, also vor allem für Menschen ausgerichtet, für die Gruppenangebote in der Turnhalle nicht mehr geeignet erscheinen. Bewegungsarbeit im Sitzen für Menschen mit Einschränkungen und Gehbehinderungen, Grundlagen der Sturzprophylaxe, Bewegen zur Musik und Einführung in kleine Tänze.

Nr.	Termin	Ort
135/22	Fr, 20.05. – So, 22.05.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro



10. bis 12. Juni 2022 in Osnabrück
 ÜL-Lizenz an einem Wochenende verlängern!
 Infos und Anmeldung: www.NTB-Kongress.de

Folge uns auf Instagram
@NTB



Gesundheitsorientierte Fitness

Rückenfitness heute für die Zielgruppe 50 plus – Programm 2022 (8 LE)

In diesem Tagesworkshop dreht sich die Welt um die Rückenfitness-Klassiker. Altbewährte Übungen werden verändert, ergänzt und integriert u.a. aus den Bereichen Alltagstraining, Funktionstraining, Gleichgewichtsschulung sowie dem Body Mind-Bereich. Dabei stehen die Teilnehmenden aus der Zielgruppe 50plus im Vordergrund, was bei den Übungsvariationen berücksichtigt wird.

Nr.	Termin	Ort
808/22	So, 13.02.2022	Hannover

Referentin: Anke Haberlandt

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Rücken und Gelenke- Modellstunden für gesunde Gelenke (8 LE)

Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen zu Abnutzung und Überbelastungen des Bewegungsapparats und äußern sich nicht nur in Rückenbeschwerden, sondern auch in schmerzenden und unbeweglichen Gelenken. Die beiden Modellstunden zeigen Übungen und Möglichkeiten auf, um die Wirbelsäule, Schultern, Hüfte, Knie sowie Hand- und Fußgelenke zu kräftigen, zu mobilisieren und zu entlasten. Praktisch einsetzbar in allen Kursen und für Teilnehmende jeden Alters.

Nr.	Termin	Ort
817/22	Sa, 26.02.2022	Hannover

Referentin: Kerstin Bornemann

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Beckenboden trifft Workout (8 LE)

Der Beckenboden vermittelt uns jeden Tag das Gefühl des Getragen seins und unterstützt durch den Dialog der Schwerkraft die Aufrichtung. In einem kraftvollen Workout, aus verschiedenen Ausgangsstellungen mit kurzen und langen Hebeln nehmen wir den Beckenboden wahr, als Auslöser der Bewegung und somit als Kraftquelle. Durch die Integration des Beckenbodens in komplexen Bewegungen werden die Bewegungen exakt ausgeführt und klar spürbar.

Nr.	Termin	Ort
822/22	So, 20.03.2022	Hannover

Referentin: Ulla Häfelinger

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro



Training bei Arthrose/Osteoporose im FitnessStudio (8 LE)

Bei dieser Tagesfortbildung dreht sich alles um das Training im Studio rund um die Beschwerdebilder Arthrose und Osteoporose. Propriozeptives Training, Krafttraining und Möglichkeiten, ein ILB (individuelles Leistungsbild) durchführen zu können, werden aufgezeigt und viel in eigener Praxis ausprobiert.

Nr.	Termin	Ort
828/22	So, 24.04.2022	Dinklage

Referentin: Michaela Oltmanns

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Walken & Wandern – das perfekte Fettstoffwechseltraining (8 LE)

Es gibt viele Gründe, weshalb sich Menschen für Outdoorsportarten, wie Walking oder Wandern, entscheiden. Einer der Hauptgründe jedoch ist die Fettverbrennung. Wie der Fettstoffwechsel funktioniert, und weshalb aerobes Ausdauertraining so effektiv ist, wissen aber nur die Wenigsten.

Nr.	Termin	Ort
831/22	Sa, 14.05.2022	Verden

Referent: Adriano Valentini

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Immun Booster Workout (8 LE)

Körperliche Bewegung stärkt nachweislich das Immunsystem. Erlebe in Theorie und Praxis, wie Du eine Ausdauer, Krafttrainings- und Entspannungs-Class entsprechend wissenschaftlicher Erkenntnisse intelligent und sinnvoll gestalten und umsetzen kannst!

Nr.	Termin	Ort
841/22	Sa, 18.06.2022	Göttingen

Referent: Andreas Goller

Nr.	Termin	Ort
890/22	Sa, 10.12.2022	Verden

Referent: Andreas Goller

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro



Wirbelsäulengymnastik – „Strecker-Ketten“ (8 LE)

Haltung ist Gegenkraft zur Schwerkraft! Ein Rückenkurs muss neben funktionsgymnastischen und mobilisierenden Übungen vor allem aufrichtende Bewegungsangebote machen. Erlebe in Theorie und Praxis, wie Du mit sinnvollen Übungen die aufrechte Haltung sinnvoll und nachhaltig unterstützen kannst.

Nr.	Termin	Ort
844/22	So, 19.06.2022	Göttingen
Referent: Andreas Goller		
891/22	So, 11.12.2022	Verden
Referent: Andreas Goller		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

FasciaReading in Movement by FASZIO® (8 LE)

Die Faszie eines Menschen erzählt uns eine spannende Geschichte über den körperlichen und geistig mentalen Zustand einer Person. FasciaReading ist eine Lesart, die den Körper in seiner Funktion und in seinem Ausdruck betrachtet. Diese Fortbildung gibt einen Eindruck darüber, wie anhand von Über- und Unterspannungen sowie Bewegungs- und Haltungsmustern Rückschlüsse auf körperliche Überlastungen und emotionale Erfahrungen gezogen werden können. Mögliche Lösungsansätze zur individuellen Umsetzung werden vorgestellt. Knack mit FASZIO® den Fasziencode!

Nr.	Termin	Ort
845/22	So, 19.06.2022	Verden
Referent: Ferdinand Jeske (FASZIO®-Team)		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Rückentraining Ost West (8 LE)

Bei Beschwerden am Bewegungsapparat ist der Rücken am meisten betroffen. Die westliche Herangehensweise hat da schon viele wertvolle Ansätze gefunden, um diese zu beheben. Mit Therapie, Training und Weiterem sind zahlreiche Probleme schon verschwunden. Die östliche Herangehensweise mit energetischen Aspekten setzt da an, wo die westliche nicht mehr weiterkommt und ergänzt somit die Betrachtung und Bearbeitung der Beschwerden.

Nr.	Termin	Ort
855/22	Sa, 03.09.2022	Landesturnschule Melle
Referent: Chris Löffler		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro



Bewegen und Pflegen (8 LE)

Wie sauber sind Deine Bewegungen, und wie sehr achtest Du auf die Übungen, die Du absolvierst? Das Nervensystem und der Körper haben ein inniges Verhältnis zueinander, und das kann durch einen neu-zentrierten Übungsansatz bereichert werden. Mit verschiedenen Sinnen wirst Du gefördert und gefordert, Dein Verhältnis zwischen Kopf und Körper wieder zu pflegen.

Nr.	Termin	Ort
861/22	So, 04.09.2022	Landesturnschule Melle
Referent: Chris Löffler		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Functional Stool – Hockergymnastik in völlig neuem Gewand (8 LE)

Der Hocker ist das vielseitigste und gleichzeitig verkannteste Fitness Equipment. Vermittelt werden drei ganz unterschiedliche Masterclasses rund um den Hocker: Functional Stool intense, Functional Stool Best Ager, Functional Stool Mobility.

Nr.	Termin	Ort
862/22	So, 04.09.2022	Verden
Referent: Andreas Goller		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Ganzheitliches Rücken- und Fitnesstraining 2022 (8 LE)

Kursangebote im Bereich Wirbelsäulengymnastik und Bodystyling erfreuen sich bei den Kursteilnehmenden großer Beliebtheit. Gerade deshalb ist in diesen Stundenprofilen Abwechslung und Kreativität gefragt, sowie die Möglichkeit, das Übungsangebot an die Leistungsfähigkeit der Teilnehmenden adäquat anzupassen. In diesem Workshop werden die ganzheitlichen Aspekte des Trainings in den Vordergrund gerückt: körperliche und mentale Fitness, Entspannung und Wohlbefinden.

Nr.	Termin	Ort
864/22	Sa, 10.09.2022	Verden
Referentin: Anke Haberlandt		
886/22	Sa, 26.11.2022	Online-Veranstaltung
Referentin: Anke Haberlandt		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

 **Im NTB-Shop erhältlich:
 Das Umsetzungskonzept
 „Pluspunkt Faszien“!**
www.NTB-Shop.de

Functional Training & Fitnessstraining Studio

Funktionelle Trainingstools im HIT Training (8 LE)

Die Tagesfortbildung zeigt, wie vielseitig HIT Training sein kann. Eine Vielzahl an Trainingsmethoden, Screenings und bekannte Handgeräte aus dem Functional Training werden vorgestellt und garantieren bunte Praxiseinheiten!

Nr.	Termin	Ort
815/22	Sa, 19.02.2022	Verden

Referentin: Michaela Oltmanns

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Fitnessstudio meets Sporthalle (8 LE)

Für ein abwechslungsreiches Krafttraining benötigt man keine aufwendigen Kraftmaschinen. In der Sporthalle bietet sich eine Reihe von Möglichkeiten, gezielt einzelne Muskelgruppen zu trainieren. Als Geräte dienen Großgeräte, Kleingeräte, alte und neue Handgeräte, Widerstände, sowie das Körpergewicht. Theorie mit viel Praxis versprechen einen kurzweiligen Tag.

Nr.	Termin	Ort
816/22	So, 20.02.2022	Verden

Referentin: Michaela Oltmanns

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Fascia BootCamp: In- & Outdoor by FASZIO® (8 LE)

Warum trainieren wir nicht artgerecht?! Dieses Power Workout basiert auf natürlichen biologischen Steuerungs- und Funktionsprozessen für effektive motorische Kompetenzen. Die sogenannten Urbewegungen prägen mit kreativen und funktionellen Bewegungsmustern einen gesunden, straffen und leistungsstarken Körper. Unter Einbeziehung neuester Erkenntnisse über das fasziale Netzwerk werden Kraft, Mobilität und Ausdauer gleichermaßen anspruchsvoll gefordert. Bewegungs Skills für funktionelle Muskelentwicklung und Allround Fitness werden besonders im Hinblick auf die fasziale Kontinuität und Kraftübertragung athletisch trainiert.

Nr.	Termin	Ort
842/22	Sa, 18.06.2022	Verden

Referent: Ferdinand Jeske (FASZIO®-Team)

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro



**Deine Anmeldung im
BildungsPortal
bildung.NTBwelt.de**





Bodyweight Level-Training (8 LE)

Bodyweight Klassen – das Training mit dem eigenen Körpergewicht – stehen hoch im Kurs, und Chris ist Vorreiter in dieser Kursart. Die hohe Dynamik, die Konzentration auf den eigenen Körper und die beispielhafte Effektivität sind zweifelsfrei Vorteile dieser Kursart. Doch der Erfolg der Übungen steht und fällt mit der Differenzierung durch sinnvolle Levels, die ein Training in der gemischten Gruppe erlauben. Die Beispielstunden und deren Nachbesprechung geben alle Tools mit (Ansprache, Zeitsteuerung, Übungsauswahl, Variationsmöglichkeiten), die den Bodyweight Kurs zum Fest machen.

Nr.	Termin	Ort
835/22	So, 15.05.2022	Online-Veranstaltung
Referent: Chris Harvey		
868/22	Sa, 01.10.2022	Landesturnschule Melle
Referent: Chris Harvey		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Funktionelle/Fortgeschrittene Trainingsprogramme im Fitness-Studio (8 LE)

Raus aus geführten Mustern, rein in die Funktionalität. Funktionelles Training ist auch aus den Fitness-Studios nicht mehr wegzudenken, und somit ergeben sich viele neue und schöne Möglichkeiten in Screenings und fortgeschrittenen Trainingsplänen.

Nr.	Termin	Ort
885/22	So, 20.11.2022	Landesturnschule Melle
Referentin: Michaela Oltmanns		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Natural Movement (8 LE)

Um den Körper fit zu halten, treiben wir Sport. Doch inwieweit passt der zu unseren natürlichen Bewegungsanlagen? Was sind überhaupt natürliche Bewegungen, und wie wende ich sie zum Auf- und Ausbau meiner Fitness an? Diesen Fragen und mehr gehen wir in diesem praxisorientiertem Lehrgang nach. Erhalte Tipps für Deine Kurse, und bewerte oftmals verrufene Übungen neu. Nutze fundamentale Bewegungsformen zum Training, und genieße die Natürlichkeit der körperlichen Bewegung. Kurz gesagt: „Use it or loose it!“

Nr.	Termin	Ort
892/22	Sa, 17.09.2022	Landesturnschule Melle
Referent: Patrick Jochmann		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Kettlebell-Training (8 LE)

Ob Cross-Fitness im Park, Functional Training im Fitness-Studio oder dem Sport in den eigenen vier Wänden – die Kettlebell oder auch Kugelhantel ist zu einem treuen Trainingspartner geworden. Doch welche Möglichkeiten bietet die Kettlebell eigentlich gegenüber einer gewöhnlichen Hantel, und welche Übungen sollten in keinem Kettlebell Kurs fehlen. Diese und weitere Fragen werden im Workshop geklärt. Lerne die Basic-Übungen: Kettlebell Swing, Turkish Get Up, Kettlebell Squat.

Nr.	Termin	Ort
893/22	So, 18.09.2022	Landesturnschule Melle
Referent: Patrick Jochmann		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Groupfitness

Power auf Dauer

Der Dauerbrenner mit viel Spaß und Energie! Trainerinnen und Trainer und Übungsleitende aus den Bereichen Aerobic und Fitness erhalten powervolle Tipps und Trends aus der Fitnessszene. Das Wochenende gestaltet sich sehr abwechslungsreich! Es ist für jeden Fitnessbegeisterten sicherlich etwas dabei. Geplanter Ablauf: Wählbare Workshops

Nr.	Termin	Ort
113/22	Fr, 16.09. – So, 18.09.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Fortgeschrittene Krafttrainingsmethoden (8 LE)

Ein GroupFitness Workout voller Supersätze, Negativ Wiederholungen, erzwungene Wiederholungen und mehr. Erlebe die fortgeschrittenen Methoden, die für neue Trainingsreize sorgen und für Trainerinnen und Trainer aber auch für Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen Motivationsschub bringen. Sofort umsetzbare Techniken, um die eigene Übungspalette zu erweitern.

Nr.	Termin	Ort
852/22	So, 10.07.2022	Verden
Referent: Chris Harvey		
801/22	So, 23.01.2022	Göttingen
Referent: Chris Harvey		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro



Step Mix (8 LE)

Schweißtreibende Bewegungsmuster, verständliche Bewegungsfolgen und viel Spaß beim Training – so muss Step sein! Chris liefert drei verschiedene Beispielstunden, die zeigen, wie Du Deine Teilnehmenden in der heutigen Zeit dort abholst, wo sie stehen und auf die Aerobic Reise mitnimmst. Einmal frei von der klassischen Choreografie, einmal in Verbindung mit Workout und einmal angepasst an die Teilnehmenden, die „viel Schwitzen und wenig denken“ als Motto mitbringen.

Nr.	Termin	Ort
800/22	Sa, 22.01.2022	Göttingen
Referent: Chris Harvey		
806/22	Sa, 05.02.2022	Verden
Referent: Chris Harvey		
823/22	Sa, 02.04.2022	Hannover
Referent: Chris Harvey		
832/22	Sa, 14.05.2022	Online-Veranstaltung
Referent: Chris Harvey		
870/22	So, 02.10.2022	Landesturnschule Melle
Referent: Chris Harvey		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Classic Workout (8 LE)

Die klassische GroupFitness-Stunde bietet tolle Qualitäten: eine durchdachte Stundenstruktur, eine tolle didaktische Führung, eine immense Variabilität der Übungen für die gemischte Gruppe und gezielte Korrektur für eine exzellente Übungsausführung. Das alles wird so verpackt, dass die Musik zum Herz der Stunde wird. Chris lebt vor, wie zeitgemäß dieses Stundenformat ist und wie gut es Teilnehmenden in der heutigen Zeit tut, wenn die Power und Dynamik, die sie suchen mit Ruhe, Klarheit und Sicherheit vermittelt wird. Die Beispielstunden werden ausführlich nachbesprochen.

Nr.	Termin	Ort
809/22	So, 06.02.2022	Verden
Referent: Chris Harvey		
824/22	So, 03.04.2022	Hannover
Referent: Chris Harvey		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Tough Class 2022 (8 LE)

Tough Class bedeutet Functional Training in einem neuen Format für GroupFitness. Das neue Gruppen-Workout begeistert alle, denen bisher GroupFitness-Formate zu kompliziert, zu choreografisch, zu rhythmensorientiert oder zu tänzerisch waren und die sich, gemäß ihrem individuellen Leistungsvermögen auspowern wollen. Tough Class ist ein super Mix aus Kardio-, Kraft- und Koordinationstraining in Intervallbelastung. Man benötigt sein eigenes Körpergewicht und ein Flip Chart!

Nr.	Termin	Ort
826/22	Sa, 23.04.2022	Dinklage
Referentin: Michaela Oltmanns		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Angaben zur Anerkennung für die Lizenz- und Zertifikatsverlängerungen findest Du im BildungsPortal.



Fatburnertraining (8 LE)

In dieser Fortbildung erfährst Du, wie Du den Fettstoffwechsel durch Sport und Ernährung gezielt optimieren kannst. Im praktischen Teil geht es um klassische Kursformate, wie Step oder Aerobic Fatburner, aber auch aktuelle Trends, wie Intervalltraining (Tabata oder HIIT Training). Im Theorieteil wirst Du erfahren, wie unser Energiestoffwechsel funktioniert und wie Du ihn mit der richtigen Ernährung ankurbeln kannst.

Nr.	Termin	Ort
834/22	So, 15.05.2022	Verden

Referent: Adriano Valentini

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Workout Mix (8 LE)

Workout boomt, und das Motto lautet: viel Power und an die Grenze gehen! Chris liefert mit den Beispielstunden an diesem Tag Input für drei verschiedene Stundenbilder: die allgemeine Workout Stunde (Ganzkörper Training), die speziell Bauch-Einheit sowie Workout mit Cardio in einer Stunde. Effektive und gut dosierbare Übungen, die im Level System für die gemischte Gruppe umsetzbar sind, bringen hier den Erfolg

Nr.	Termin	Ort
856/22	Sa, 09.07.2022	Verden

Referent: Chris Harvey

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Dance around the world! Entdecke Dein Talent! (8 LE)

Lass Dich von kleinen Kostproben verschiedener Stile aus unterschiedlichen Kulturen inspirieren (z.B. Funky, Hip Hop, Flamenco, Modern Dance, Latin, Bollywood, etc.) und entdecke, welche(r) am besten zu Deinem Körper und Deiner Seele passt, kreierte Deinen eigenen persönlichen Stil!

Nr.	Termin	Ort
839/22	So, 22.05.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Manuela Venturin

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Fit Clixx powered by DrumsAlive® (8 LE)

Eine Grundlagenausbildung für Trainerinnen und Trainer sowie Übungsleiterinnen und Übungsleiter aus dem Fitnessbereich Das Drums Alive® FIT CLIXX Instruktor Training kombiniert traditionelle Aerobic-elemente mit dem energiegeladenen Rhythmus des Trommels. Daher liegt der Schwerpunkt dieser Ausbildung in dem Erlernen des Trommels und Tanzens mit Drumsticks.

Nr.	Termin	Ort
877/22	So, 23.10.2022	Landesturnschule Melle

Referentinnen: Frauke und Sharon Jackson

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Fatburner Step (8 LE)

Erlebe eine Vielzahl von Ideen, wie Du das Thema Fatburner mit und ohne Step umsetzen kannst. Du wirst viele Ideen erhalten, nicht nur für Fatburner-Stunden, sondern auch für BBP, Workout oder Functional Class.

Nr.	Termin	Ort
859/22	Sa, 03.09.2022	Verden

Referent: Andreas Goller

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Die Welt der Intervalle (8 LE)

Diese Tagesfortbildung besteht aus 99 Prozent Praxis und dient als Ideengeber für HIT/HIIT, Tabata, Tough Class, Stations, Zirkel und viele weitere Trainingsmethoden im Intervallbereich. Mit und ohne Equipment ist Schwitzen erwünscht!

Nr.	Termin	Ort
883/22	Sa, 19.11.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Michaela Oltmanns

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro



Body Mind – Pilates



Pilates mit Rolle und Redondoball (8 LE)

Der Einsatz von Kleingeräten und Geräten aus dem Pilatesmattentraining ist ein Gewinn. Im ersten Teil des Workshops werden Übungseinheiten mit der Pilates-Rolle ausgeführt und kennen gelernt, im zweiten Teil dreht sich alles um die Praxis mit dem Redondoball.

Nr.	Termin	Ort
802/22	Sa, 29.01.2022	Online-Veranstaltung

Referentin: Kerstin Bornemann

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Pilates – Potenziale entdecken! (8 LE)

Für die meisten Teilnehmenden ist es ein großer Gewinn, wenn sie die Grundübungen im Pilates gut beherrschen. Es ist eine Kunst, diese Übungen zum einen so klar zu vermitteln, dass sie gut verstanden und korrekt ausgeführt werden, zum anderen, Fehler zu erkennen und Korrekturen so zu äußern, dass sie angenommen werden. In dieser Fortbildung richten wir den Blick auf unsere Pilates Grundlagen, unsere Ausdrucksweise und darauf, wie wir spannend unterrichten und je nach Kenntnisstand variieren.

Nr.	Termin	Ort
821/22	Sa, 19.03.2022	Hannover

Referentin: Ulla Häfelinger

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Pilates – Praxistag mit Hanteln und Redondoball (8 LE)

Die Hanteln und der Pilates-Ball sind eine ideale Ergänzung, um das Training noch intensiver und effektiver zu gestalten. Gleichzeitig sind die Kleingeräte eine Herausforderung für das Gleichgewicht, für die Körperwahrnehmung, für die Koordination und die Tiefenmuskulatur.

Nr.	Termin	Ort
836/22	Sa, 21.05.2022	Hannover

Referentin: Helena Wiebe

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 75,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 95,00 Euro

Pilates – Der Faszien-Fitmacher (8 LE)

Ein gutes Pilates-Training spricht automatisch auch die faszialen Linien an und sorgt für ein gesundes, elastisch-kraftiges myofasziales Körpernetzwerk.

Nr.	Termin	Ort
838/22	So, 22.05.2022	Hannover

Referentin: Helena Wiebe

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 75,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 95,00 Euro



Pilates – Variationen 2022 (8 LE)

Drei Modellstunden mit verschiedenen Schwerpunkten: In „Pilates – Schwerpunkt Hüftgelenk“ – dreht sich alles um Übungsideen für Muskelkräftigung und Beweglichkeit rund um die Hüfte. „Pilates im Rhythmus“ – das Spiel mit dem Atemrhythmus oder mit dem Rhythmus eines Musikstückes geben neue Impulse im Pilates-Unterricht. Der Abschluss bildet ein „Fullbody Workout“, hier verbinden sich die Pilates-Prinzipien mit dem funktionellen Training, die Ergänzung von Pilates-Klassikern rundet die Stunde ab.

Nr.	Termin	Ort
819/22	Sa, 12.03.2022	Verden
Referentin: Anke Haberlandt		
840/22	Sa, 18.06.2022	Trappenkamp
Referentin: Anke Haberlandt		
887/22	So, 27.11.2022	Online-Veranstaltung
Referentin: Anke Haberlandt		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Folge uns auf Instagram
@NTB



Pilates – Hinführung zur Zielübung (8 LE)

Dieser Tag ist gefüllt mit Ideen und Anregungen, um Deine Teilnehmenden kurz- und langfristig auf eine Zielübung vorzubereiten. Es geht um Kraft, Beweglichkeit, Bewegungsverständnis und Bewegungskontrolle. Die jeweilige Zielübung wird kleinschrittig aufgebaut und vorbereitet. Der Weg ist das Ziel.

Nr.	Termin	Ort
848/22	Sa, 02.07.2022	Göttingen
Referentin: Katharina Harvey		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Pilates – mit Beweglichkeit fortgeschrittene Übungen meistern (8 LE)

Was war zuerst da, das Huhn oder das Ei? Es stimmt, dass Pilates die Beweglichkeit verbessern kann. Viele Pilates-Übungen benötigen jedoch ein hohes Maß an Beweglichkeit, um sie überhaupt korrekt auszuführen. Wie soll man aus diesem Teufelskreis herauskommen? Sammle Strategien, um Deine Beweglichkeit neben den klassischen Übungen zu erweitern, damit die Zielübungen gelingen und ihre Wirkung entfalten.

Nr.	Termin	Ort
878/22	Sa, 12.11.2022	Verden
Referentin: Katharina Harvey		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Pilates – Rotation als Schwerpunkt (8 LE)

An diesem Tag drehen und wenden wir die Gelenke. Wir erweitern durch vorbereitende Übungen, Mobilisation, Dehnungen und Kräftigung im Sinne der Pilates-Prinzipien das Bewegungsspektrum. Sei gespannt und motiviert, den Blick in verschiedene Richtungen zu werfen.

Nr.	Termin	Ort
850/22	So, 03.07.2022	Göttingen
Referentin: Katharina Harvey		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Pilates – Standfest (8 LE)

Hier dreht sich alles um Standübungen. Von der Körperhaltung über die Wahrnehmung bis hin zu Kraft, Gleichgewicht und Beweglichkeit bieten Standübungen das Gesamtpaket in Sachen Körperintelligenz. Der Workshop ist sehr praxisnah und bietet Dir Hinweise und Korrekturen für Deine Gruppen zu Hause.

Nr.	Termin	Ort
881/22	So, 13.11.2022	Verden
Referentin: Katharina Harvey		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro



Pilates Prä- und Postnatal (8 LE)

Ist Pilates für Schwangere geeignet? Worauf muss ich als Kursleiterin achten? Welche Übungen eignen sich am besten? Gibt es Kontraindikationen? Ab wann dürfen Frauen nach einer Geburt wieder mit dem Training anfangen? Wie kann ich diese beiden Gruppen in meine normale Gruppe integrieren?

Nr.	Termin	Ort
851/22	So, 03.07.2022	Landesturnschule Melle
Referentin: Kerstin Bornemann		

875/22	So, 09.10.2022	Verden
Referentin: Kerstin Bornemann		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Yoga meets Pilates

In diesem Workshop werden klassische Pilates-Übungen in die Yogapaxis integriert. Die Unterschiede und Gemeinsamkeiten werden klar erläutert sowie die Vorteile deutlich gespürt, die beide Bewegungssysteme für den Körper mit sich bringen. Somit erfährt die Yogastunde mehr Variationen, und es können neue Bewegungserfahrungen gesammelt werden. Dieser Tag eignet sich sehr gut sowohl für Yogis als auch für Pilates-Übungsleitende. In der Unterrichtspraxis lassen sich damit auch Mixformate, wie Yogilates anbieten, die sowohl die Mitte stärken, als auch Kraft, Beweglichkeit und Koordination sowie mentale Stärke und Atmung schulen.

Nr.	Termin	Ort
884/22	So, 20.11.2022	Hannover
Referentin: Kerstin Bornemann		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Angaben zur Anerkennung für die Lizenz- und Zertifikatsverlängerungen findest Du im BildungsPortal. bildung.ntbwelt.de

Body Mind – Yoga



Fortbildungen

GYMWELT

Yin Yoga – (D)ein Weg für mehr Entspannung und Beweglichkeit (8 LE)

Yin, der Weg der Ruhe und Stille im Yoga, bietet eine Praxis an, die sich stark von kraftvollen und dynamischen Yogaasanas unterscheidet. In zwei langen Modellstunden werden unterschiedliche Yin Yoga Positionen und ihre Alternativen gezeigt und erfahren, was es bedeuten kann „loszulassen“. Die Asanas werden drei bis fünf Minuten ohne Kraftaufwand gehalten, lösen Blockaden und stimulieren die Meridiane sowie die Faszienlinien. Dies führt zu mehr Beweglichkeit und vor allem zu mentaler Entspannung.

Nr.	Termin	Ort
803/22	So, 30.01.2022	Online-Veranstaltung
Referentin: Kerstin Bornemann		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Yoga & Stretching für Sportler (8 LE)

Die Beweglichkeit verbessern, Verletzungen vorbeugen, tiefere Atmung, mehr Fokussierung und mentale Stärke gewinnen – das alles ist möglich durch Yogaübungen, auch ohne einen speziellen Yogakurs besuchen zu müssen. Dieser Workshop zeigt Übungssequenzen auf, die Trainerinnen und Trainer sowie Übungsleiterinnen und Übungsleiter in ihre Kurse integrieren können. Dabei kann es sich um Turnerinnen und Turner handeln, die an ihrer Beweglichkeit arbeiten möchten, um Seniorinnen und Senioren, die ihre Gleichgewichtsfähigkeit schulen wollen, oder auch um Läuferinnen und Läufer, die durch einseitige Belastung eine stark verkürzte Bein- und Hüftmuskulatur haben. Praktisch einsetzbar für viele Trainerinnen und Trainer. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse nötig.

Nr.	Termin	Ort
818/22	So, 27.02.2022	Hannover
Referentin: Kerstin Bornemann		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Faszienyoga (8 LE)

Bei allen Yogastilen und Formen erfolgt bereits ein Faszientraining. In diesem Workshop werden die unterschiedlichen Trainingsformen zum Faszientraining erläutert und vor allem in die klassische Yogapraxis umgesetzt. Damit entstehen neue Trainingsreize, andere Varianten, und individuelle Trainingsreize können gesetzt werden. Somit gibt es Methoden, um die „Unbeweglichen“ beweglicher zu machen und die „Beweglichen“ in ihrer Mitte zu stärken! Damit kann die Yogapraxis erweitert werden. Es können neue Körpererfahrungen gesammelt werden.

Nr.	Termin	Ort
849/22	Sa, 02.07.2022	Landesturnschule Melle
Referentin: Kerstin Bornemann		
873/22	Sa, 08.10.2022	Verden
Referentin: Kerstin Bornemann		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro



Deine Anmeldung im BildungsPortal bildung.NTBwelt.de

Yin Yoga und restauratives Yoga (8 LE)

In diesem Workshop werden verschiedene Yin Yoga-Übungen vorgestellt und in der Praxis geübt. Außerdem werden die Idee von restaurativen Yoga-Positionen besprochen und Stundenbilder zusammengestellt. Ein wunderbarer Workshop, um seinen Körper zu spüren, sich inspirieren zu lassen und ganz zu sich zu kommen.

Nr.	Termin	Ort
866/22	Sa, 17.09.2022	Hannover

Referentin: Jana Scharr

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Yoga meets Pilates

In diesem Workshop werden klassische Pilates-Übungen in die Yogapraxis integriert. Die Unterschiede und Gemeinsamkeiten werden klar erläutert sowie die Vorteile deutlich gespürt, die beide Bewegungssysteme für den Körper mit sich bringen. Somit erfährt die Yogastunde mehr Variationen, und es können neue Bewegungserfahrungen gesammelt werden. Dieser Tag eignet sich sehr gut sowohl für Yogis als auch für Pilates-Übungsleitende. In der Unterrichtspraxis lassen sich damit auch Mixformate, wie Yogilates anbieten, die sowohl die Mitte stärken, als auch Kraft, Beweglichkeit und Koordination sowie mentale Stärke und Atmung schulen.

Nr.	Termin	Ort
884/22	So, 20.11.2022	Hannover

Referentin: Kerstin Bornemann

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Das Leben leben aus der Sicht eines Yogis (8 LE)

In Europa ist es eher unüblich, das Leben eines Yogis zu führen. Unsere Verknüpfung mit Yoga und Meditation ist eher mit Indien oder anderen weit entfernten Ländern verbunden. Ist es möglich, auch in Deutschland das Leben als Yogi zu führen? Welche Ziele strebt ein Yogi an, wie gestaltet sich das Leben eines Yogis inmitten unserer hektischen Gesellschaft. Yogi Vidyananda meditiert seit 1994 mehrere Stunden täglich und hat sich 2017 weitgehend aus dem weltlichen Trubel zurückgezogen, um die tiefen Wahrheiten unseres Lebens zu entschlüsseln.

Nr.	Termin	Ort
871/22	So, 02.10.2022	Kirchhatten

Referent: Yogi Vidyananda (Rainer Kersten)

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Yoga Practice Day (8 LE)

Ein Tag, um sich endlich einmal ganz der eigenen Yogapraxis zu widmen! Im Tageszyklus wird der Tag begrüßt mit Meditation und Pranayama. Es folgen Asanas nach einem sanften Einstieg, die sich mit Dynamik und etwas Herausforderungen steigern. Zum Ende des Tages wird die Praxis wieder ruhiger, längere Dehnungen und Entlastungen folgen sowie eine tiefe Entspannung.

Nr.	Termin	Ort
882/22	Sa, 19.11.2022	Hannover

Referentin: Kerstin Bornemann

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro



Body Mind – TriloChi

Kursleiterschulung BodyMind – TriloChi® TriloChi®
 Die Ausbildung zum TriloChi® Kursleiter schafft Einblick in den vielseitigen BodyMind-Unterricht und zeigt, wie die Aktivierung von Körper und Geist zu einer einzigartigen Erfahrung werden kann. TriloChi® ist das Ergebnis langjähriger praktischer Erfahrung in der Körperarbeit. Durch die Auseinandersetzung mit den Anforderungen von modernen und zeitgemäßen Bewegungsprogrammen bewegt sich TriloChi® am Puls der Zeit und lässt sich immer wieder von den Bedürfnissen der modernen Frau und des modernen Mannes inspirieren.

Nr.	Termin	Ort
115/22	Fr, 25.02. – So, 27.02.2022	Landesturnschule Melle
	Fr, 11.03. – So, 13.03.2022	
	Fr, 25.03. – So, 27.03.2022	

NTB-Mitglieder mit V./Ü.: 590,00 Euro

TriloChi® auf Baltrum – Vertiefung TriloChi®
 Die Fortbildung für ausgebildete Kursleiter TriloChi® gibt ein aktuelles „Update“. Dieser Kurs dient der Vertiefung und der individuellen Auseinandersetzung mit den einzelnen Fachthemen, die der TriloChi®-Methode zugrunde liegen. Neben dem Austausch von Erfahrungen, Techniküberprüfungen und aktuellen Einflüssen gibt Dir dieser Lehrgang auf der Nordseeinsel Baltrum und in der Jugendbildungsstätte mit ihrem ganz besondere Ambiente, Gelegenheit innenzuhalten und zu Dir zu kommen.

Nr.	Termin	Ort
118/22	Mo, 28.03. – Fr, 01.04.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 275,00 Euro

TriloChi® auf Baltrum – Gönn Dir Zeit und Aufmerksamkeit TriloChi®
 Die Praxiseinheiten aus der TriloChi®-Methode begleiten dich durch die Woche, in der Deine Gedankenströme allmählich zur Ruhe kommen. Die harmonische Mischung aus Aktivierung und Entspannung, Koordinationsschulung und Anregung der Phantasie eröffnet neue Wege, Inneres wahrzunehmen und zuzulassen.

Nr.	Termin	Ort
117/22	Mo, 07.03. – Fr, 11.03.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 275,00 Euro



Deine Anmeldung im BildungsPortal bildung.NTBwelt.de

Angaben zur Anerkennung für die Lizenz- und Zertifikatsverlängerungen findest Du im BildungsPortal. bildung.ntbwelt.de



Ruhe, Achtsamkeit & Entspannung

Detox der Atmung und Gedanken (8 LE)

Im Sinne der VUKA Welt ist der Alltag für uns eine große Herausforderung geworden. So viel zu tun und zu wenig Zeit, um es zu machen. Die Gedanken schießen von rechts nach links, und die Gesundheit bleibt auf der Strecke. Mit einer Entgiftung unserer Atmung und den Gedanken können wir der Gesundheit viel Gutes tun. Theorie mit praktischen Übungen für einen leichteren Alltag.

Nr.	Termin	Ort
804/22	Sa, 05.02.2022	Online-Veranstaltung
Referent: Chris Löffler		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Die Zirbeldrüse – der Schlüssel für ein gesundes und langes Leben (8 LE)

Im dritten kleinen Ausbildungsblock wird die Chakrenlehre mit den höheren Chakren weiter vertieft, und es werden die Kernaussagen der großen heiligen Schriften und Meister erörtert. Das Abschlusswochenende mit der schriftlichen und praktischen Überprüfung wird intensiv vorbereitet.

Nr.	Termin	Ort
812/22	So, 13.02.2022	Online-Veranstaltung
Referent: Yogj Vidyanda (Rainer Kersten)		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Basics in der Ernährung (8 LE)

Die Ernährung spielt eine ausschlaggebende Rolle für unsere Gesundheit. Als einer der Grundbausteine – neben regelmäßiger Bewegung – ist dieses Thema für die meisten Menschen zu einer unbewussten Gewohnheit geworden. Mit Blick auf die aktuellen Trends des Markts wird die große Welt der Ernährung in grundlegende Bestandteile zerlegt und näher betrachtet, um ein grundsätzliches Verständnis für die Wirkungsweisen im eigenen Körper zu erlernen. Mit einer zusätzlichen eigenen Kalorienerfassung und einer Gegenüberstellung machst Du die tägliche Aufnahme und Deinen eigentlichen Bedarf deutlich sichtbar.

Nr.	Termin	Ort
807/22	So, 06.02.2022	Online-Veranstaltung
Referentin: Angelika Dechering		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro



Wohlfühlen und erholen (8 LE)

Dieser Workshop ist als Wohlfühlerlebnis gedacht. Vielseitige körperliche Entspannungs- und Regenerationselemente sowie mentale Techniken, wie z.B. Meditation, Atemübungen, fließende Bewegungen und Selbstmassagen, werden in der Theorie betrachtet und in der Praxis direkt ausprobiert.

Nr.	Termin	Ort
814/22	So, 13.02.2022	Online-Veranstaltung
Referentin: Jana Scharr		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Meditation – eine uralte Wissenschaft (8 LE)

Seit tausenden von Jahren praktizieren die Menschen die verschiedensten Formen von Meditation. Was treibt sie dazu an, was können die verschiedenen Meditationsformen bewirken, welche Botschaften wollten uns die meditierenden großen Meister, Heiligen und Propheten aller Religionen und aller Zeitalter mitteilen? Inzwischen sind gesundheitliche Wirkungen von Meditationstechniken wissenschaftlich belegt. Doch warum sind viele Menschen immer noch so misstrauisch im Umgang damit? Yogj Vidyanda meditiert seit 1994 mehrere Stunden täglich und hat sich 2017 aus dem weltlichen Trubel zurückgezogen, um die tiefen Wahrheiten unseres Lebens zu entschlüsseln.

Nr.	Termin	Ort
810/22	Sa, 12.02.2022	Online-Veranstaltung
Referent: Yogj Vidyanda (Rainer Kersten)		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Einweisung in das standardisierte Kursprogramm „Funktional trainieren und kräftigen“ (8 LE)

Bei dieser Fortbildung erhalten alle Teilnehmenden die Einweisung in das standardisierte und ZPP-geprüfte Kursprogramm „Funktional trainieren und kräftigen“. Dieses Kursprogramm kombiniert verschiedene Bewegungen zu komplexen Übungen des Alltags, sodass gleichzeitig mehrere Muskelgruppen angesprochen werden. Trainiert wird mit eigenem Körpergewicht und diversen Kleingeräten wie Gewichtskugeln, elastischen Übungsbändern und Koordinationstools. Dieses Ganzkörpertraining ist sowohl für Frau als auch Mann geeignet, um Bewegungen zu erlernen, eine Athletik zu erreichen und die eigene Ausdauer zu verbessern.

Nr.	Termin	Ort
854/22	Sa, 28.08.2022	Verden
Referent: Christoph Weber		

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Folge uns auf Facebook
 @niedersaechsischerturnerbund



Achtsamkeit für den Alltag (8 LE)

Bist Du Dir bewusst, was Du Moment für Momen tust? Ein Bewusstsein dafür zu schaffen, ist auch eine Frage des Trainings und kann täglich umgesetzt werden. Aspekte, wie Prinzip der Wandlung, oder Alltagsmethoden, wie Meditation, könnten Teil des neuen Trainingsplans für den Geist werden. Mit Deinem Bewusstsein im Hier und Jetzt zu sein, kannst Du eine eindrucksvolle Kraft entfalten und damit die Tür zu vielen neuen Möglichkeiten öffnen.

Nr.	Termin	Ort
847/22	Sa, 02.07.2022	Kirchhatten

Referent: Chris Löffler

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Stille, Meditation und Entspannung (8 LE)

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, ganz nach innen zu tauchen und sich mit Meditation, der Kraft der Stille und Entspannung zu beschäftigen. Es werden Hintergründe zur Umsetzung und für das Anleiten einer Meditationseinheit vermittelt. Auch werden verschiedene Meditationstechniken vorgestellt. In der Praxis werden diese dann in Sitz- und Gehmeditationen geübt.

Nr.	Termin	Ort
867/22	So, 18.09.2022	Hannover

Referentin: Jana Scharr

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

„Funktional trainieren und kräftigen“ (8 LE)

Bei dieser Fortbildung erhalten alle Teilnehmenden die Einweisung in das standardisierte und ZPP-geprüfte Kursprogramm „Funktional trainieren und kräftigen“. Dieses Kursprogramm kombiniert verschiedene Bewegungen zu komplexen Übungen des Alltags, sodass gleichzeitig mehrere Muskelgruppen angesprochen werden. Trainiert wird mit eigenem Körpergewicht und diversen Kleingeräten wie Gewichtskugeln, elastischen Übungsbändern und Koordinationstools. Dieses Ganzkörpertraining ist sowohl für Frau als auch Mann geeignet, um Bewegungen zu erlernen, eine Athletik zu erreichen und die eigene Ausdauer zu verbessern.

Nr.	Termin	Ort
854/22	So, 28.08.2022	Verden

Referent: Christoph Weber

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Atmung – ein Weg zur Selbstheilung (8 LE)

Die Atmung ist nicht nur das Lebenselixier des Menschen, sondern auch eine sehr gute Möglichkeit, um Beschwerden durch Atemübungen zu begegnen. In dieser Fortbildung sollen verschiedenste Atemtechniken mit und ohne körperliche Übungen in Theorie und Praxis erlebt werden, die unsere Selbstheilungskräfte anregen und unsere Beschwerden eindämmen können.

Nr.	Termin	Ort
869/22	Sa, 01.10.2022	Kirchhatten

Referent: Yogi Vidyananda (Rainer Kersten)

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Hör auf Dich selbst. Auf Deinen Körper. Nimm seinen Ratschlag an. (8 LE)

Erlebe die vielfältigen Facetten der Körperwahrnehmung! Warum es wichtig ist, sie zu praktizieren. Lerne in Deinem Körper zu sein und Deine Gefühle zu spüren. Erfahre, wie Du durch bewussten Bewegungs- und Atem-Flow Deinen Körper sofort verändern kannst. Manuela zeigt verschiedene Übungen, wie die Körperwahrnehmung in verschiedene Sportarten, Entspannungsmethoden und auch in den Alltag integriert werden können. Sei neugierig!

Nr.	Termin	Ort
837/22	Sa, 21.05.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Manuela Venturin

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
 Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro



Kinder



Fortbildungen

GYMWELT

Drums Alive® Kids Beats (8 LE)

Neue Choreografien, neue Ideen für Spiele und Handclapping Games sowie Rhythmusspiele. Die Fortsetzung von Kids Beats ist da! Was ist Drums Alive® Kids Beats? Ein Programm von Drums Alive®, zugeschnitten auf Kinder im Alter zwischen sechs und zehn Jahren.

Nr.	Termin	Ort
876/22	Sa, 22.10.2022	Landesturnschule Melle

Referentinnen: Frauke und Sharon Jackson

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

Kinder: Einfach mal entspannen (8 LE)

Viele Symptome, wie Kopf- und Magenschmerzen, Angstzustände, Wutausbrüche und andere, beeinträchtigen die Kinder in ihrem Alltag. In der Kita, Schule und zuhause ist dies oft spürbar. Es werden Entspannungstechniken in Theorie und Praxis vorgestellt. Es wird auf die Bedeutung und Wirkungen im Kinderturnen eingegangen.

Nr.	Termin	Ort
894/22	Sa, 23.04.2022	Verden

Referentin: Carmen Frisch

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Kleine kommen ganz groß raus (8 LE)

Frühzeitige Förderung von Wahrnehmung und Bewegung hilft Kindern im Alter bis drei Jahre, sich gesund zu entwickeln. In Theorie und Praxis wird auf die Entwicklungsphasen eingegangen. Es werden Möglichkeiten auch zur besonderen Entwicklungsförderung erarbeitet.

Nr.	Termin	Ort
895/22	So, 24.04.2022	Verden

Referentin: Carmen Frisch

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

#SPORT
VEREINT
UNS

Specials

Fortbildungen

GYMWELT



Rund um den Fuß (8 LE)

Der Mensch ist eines der größeren Lebewesen, das ständig auf zwei Füßen stehen kann. Die dafür benötigte Stabilität wird von 26 Knochen, 19 Muskeln, 33 Gelenken sowie Sehnen in Fuß und Knöchel gewährleistet. In diesen Workshop integrieren wir verschiedene Aspekte rund um unsere Füße in den Unterricht, u.a. Übungen zur Kräftigung, Stabilisation und Mobilisation. Ein Einblick in die Anatomie des Fußes vervollständigt das Thema und vertieft das in der Praxis Erlebte.

Nr.	Termin	Ort
805/22	Sa, 12.02.2022 Referentin: Anke Haberlandt	Hannover
843/22	So, 19.06.2022 Referentin: Anke Haberlandt	Trappenkamp
865/22	So, 11.09.2022 Referentin: Anke Haberlandt	Verden

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Basics in der Ernährung (8 LE)

Die Ernährung spielt eine ausschlaggebende Rolle für unsere Gesundheit. Als einer der Grundbausteine – neben regelmäßiger Bewegung – ist dieses Thema für die meisten zu einer unbewussten Gewohnheit geworden. Mit Blick auf die aktuellen Trends des Markts wird die große Welt der Ernährung in grundlegende Bestandteile zerlegt und näher betrachtet, um ein grundsätzliches Verständnis für die Wirkungsweisen im eigenen Körper zu erlernen. Mit einer zusätzlichen eigenen Kalorienerfassung und einer Gegenüberstellung macht man die tägliche Aufnahme und den eigentlichen Bedarf klar sichtbar.

Nr.	Termin	Ort
807/22	So, 06.02.2022 Referentin: Angelika Dechering	Online-Veranstaltung
813/22	So, 13.02.2022 Referentin: Angelika Dechering	Kirchhatten

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Gesunde Schilddrüse/Ernährung bei Hashimoto Thyreoiditis (8 LE)

Die Schilddrüse ist die wichtigste Hormondrüse in unserem Körper und vor allem für Stoffwechsel und Körpertemperatur zuständig. Läuft die Schilddrüse optimal, fühlen wir uns ausgeglichen, leistungsstark, und das Körpergewicht bleibt stabil. Bei der Autoimmunerkrankung Hashimoto kann mit einer gezielten Ernährung eine Verbesserung der Schilddrüsenfunktion erreicht werden. Wie diese Ernährung aussehen kann, erfährst Du in dieser Fortbildung. Außerdem zeigt Adriano auf, wie wichtig die Themen Darmgesundheit und das Spurenelement Jod für die Schilddrüse sind.

Nr.	Termin	Ort
829/22	Sa, 02.04.2022 Referent: Adriano Valentini	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Ernährung bei Osteoporose und Gelenkerkrankungen (8 LE)

Menschen mit Osteoporose, Arthrose, Arthritis oder auch mit der rheumatoiden Polyarthritis profitieren von einer gesunden und bedarfsgerechten Ernährung.

Nr.	Termin	Ort
846/22	So, 26.06.2022 Referentin: Angelika Dechering	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

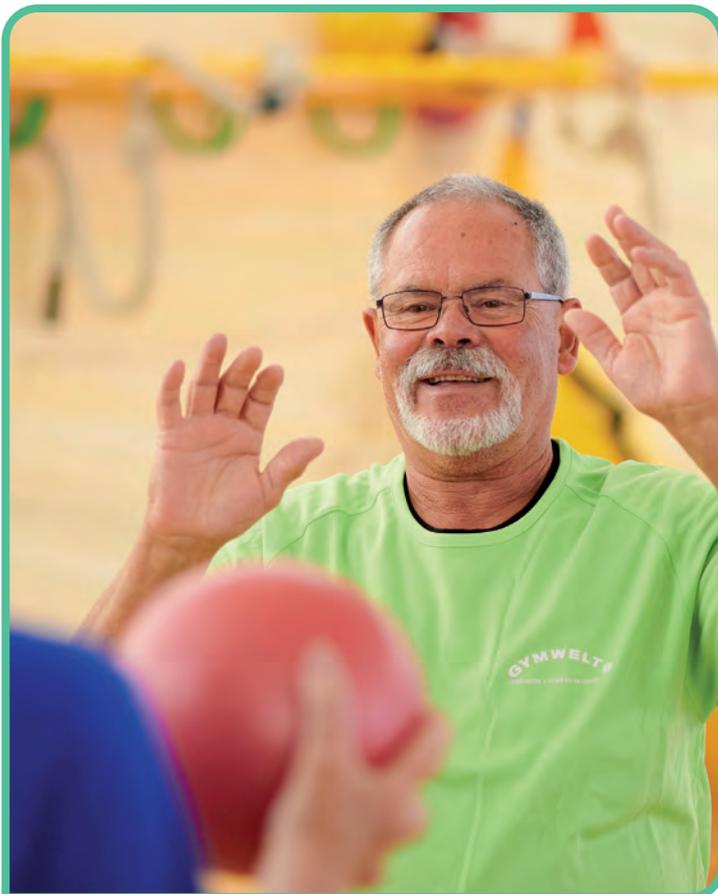
Ernährung: Abnehmen und Gewicht halten (8 LE)

So viele unterschiedliche Informationen über Ernährung verwirren das „Tun“. Gewicht halten, schlank bleiben: Eine Herausforderung heute. Was braucht der Körper? Wie funktioniert unser Stoffwechsel? Was bietet unser Lebensmittel- und Nahrungsmittelangebot? Und wie treffe ich für meine Ernährung die richtige Wahl? Auch Inhalte über stoffwechselbedingte Krankheitsbilder werden besprochen, alles anschaulich erklärt und in der Gruppe erarbeitet.

Nr.	Termin	Ort
880/22	So, 13.11.2022 Referentin: Angelika Dechering	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro
Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro





Angebotsbereiche

Ausbildungen Prävention	S. 77
Ausbildungen Rehabilitation	S. 79
Fortbildungen	S. 80



- ▶ Die Mitglieder Deines Vereins werden immer älter?
- ▶ Dein Verein möchte älteren Menschen, die bisher noch nicht Vereinsmitglieder sind, Angebote machen?
- ▶ Dein Verein möchte sich als soziale Heimat für alle Generationen darstellen?

Dann sollte sich Dein Verein um dieses Gütesiegel bewerben



1. Schritt

Ist schnell gemacht!

Fülle die Kurzbewerbung aus!
Du findest sie hier:
gemo.NTBwelt.de

2. Schritt

Dein Verein bekommt
von uns das Arbeitsheft
„Der Weg zum Gütesiegel“

3. Schritt

Dein Verein überprüft, ob
er bereits gut aufgestellt
ist oder sich noch am
Anfang der Entwicklung
zu einem altersgerechten
Sportverein befindet

4. Schritt

Bei Bedarf kommen
wir zu Euch und
unterstützen Euch auf
dem Weg zum Gütesiegel

5. Schritt

Verleihung des
Gütesiegels!



Voraussetzungen

- Dein Verein ist Mitglied im NTB
- Dein Vereinsvorstand und Abteilungsleitende sind über die Bewerbung um das Gütesiegel informiert und unterstützen die Teilnahme

Nimm gerne Kontakt mit uns auf: gemo@NTBwelt.de
oder mehr Infos auf: gemo.NTBwelt.de

Bildungsangebote Gesundheitssport

Trainer-C Fitness und Gesundheit



Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (1. Lizenzstufe/90 LE)

Diese Ausbildung mit dem Schwerpunkt Erwachsene bildet den Abschluss Deiner ersten ÜL-Qualifikation. Neben den Grundlagen in den Bereichen Trainingslehre, Ausdauer, Koordination sowie Kraft- und Dehnfähigkeit werden darüber hinaus die wesentlichen Hintergründe und Einsatzmöglichkeiten psychosozialer Gesundheitsressourcen vermittelt. Somit bist Du im Anschluss in der Lage, eine Gesundheitssportstunde zu planen und umzusetzen.

Nr.	Termin	Ort
028/22	Mo, 07.03. – Fr, 11.03.2022	Hannover
	Fr, 13.05. – So, 15.05.2022	
029/22	Fr, 17.06. – So, 19.06.2022	Verden
	Fr, 24.06. – So, 26.06.2022	
	Fr, 16.09. – So, 18.09.2022	
	Fr, 23.09. – So, 25.09.2022	
030/22	Fr, 16.09. – So, 18.09.2022	Jever
	Fr, 07.10. – So, 09.10.2022	
	Sa, 05.11. – So, 06.11.2022	
	Fr, 09.12. – So, 11.12.2022	
031/22	Mo, 17.10. – Fr, 21.10.2022	Landesturnschule Melle
	Mi, 14.12. – Fr, 16.12.2022	
032/22	Mo, 24.01. – Mi, 26.01.2022	Landesturnschule Melle
	Sa, 26.02. – So, 27.02.2022	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 240,00 Euro



Trainer C Freizeit- und Breitensport - Fitness und Gesundheit Schwerpunkt Ältere (1. Lizenzstufe/90 LE)

Diese Ausbildung mit dem Schwerpunkt Ältere vermittelt grundsätzlich die Inhalte des Profils Erwachsene. Zusätzlich wird auf die besondere Bedeutung der Achtsamkeit und der Atmung eingegangen sowie eine Verbindung zwischen sportlicher Aktivität und gesundheitsförderlicher Wirkungen im fortgeschrittenen Alter hergestellt. Diese Ausbildung spricht explizit auch Übungsleitende an, die selbst in einem fortgeschrittenen Alter sind.

Nr.	Termin	Ort
033/22	Mo, 02.05. – Fr, 06.05.2022	Landesturnschule Melle
	Fr, 24.06. – So, 26.06.2022	
037/22	Sa, 01.10. – So, 02.10.2022	Landesturnschule Melle
	Fr, 11.11. – Sa, 12.11.2022	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 240,00 Euro

BL = Blended Learning

Basis- und Aufbaulehrgänge | Prävention

Basislehrgang Gesundheitssport (2. Lizenzstufe/30 LE)

Der Basislehrgang richtet sich an Übungsleitende u.a., die über eine Trainer C Ausbildung verfügen, die nicht dem Profil Fitness und Gesundheit zugeordnet werden kann. Hier werden die Grundlagen des gesundheitsorientierten Sports vermittelt, damit nachfolgende Lehrgänge im Bereich des Gesundheitssports absolviert werden können. Die Inhalte sind hauptsächlich auf Erwachsene ausgerichtet. Jedoch werden ergänzende Hinweise zum Einsatz bei Kindern und Älteren angesprochen.

Nr.	Termin	Ort
050/22	Sa, 05.03. - So, 06.03.2022	Hannover
	Sa, 26.03. - So, 27.03.2022	
051/22	Fr, 24.06. - So, 26.06.2022	Bad Bevensen
	Fr, 01.07. - So, 03.07.2022	
052/22 BL	Sa, 19.11.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Aufbaulehrgang - Gesundheit (2. Lizenzstufe/45 LE)

Der Aufbaulehrgang mit dem Schwerpunkt Erwachsene bildet die Grundlage für alle weiteren Ausbildungen der 2. Lizenzstufe. Neben einer Vertiefung der physischen Ressourcen, werden gemeinsam die psychosozialen Gesundheitsressourcen erarbeitet und in der Praxis erlebt. Zudem werden die Grundlagen der Entspannungsfähigkeit vermittelt und bestimmte Entspannungstechniken und -übungen angeleitet.

Nr.	Termin	Ort
055/22	Mo, 10.01. - Fr, 14.01.2022	Landesturnschule Melle
056/22 BL	Sa, 23.07. - So, 24.07.2022	Landesturnschule Melle
057/22	Fr, 01.07. - So, 03.07.2022	Hannover
	Fr, 08.07. - So, 10.07.2022	
058/22	Fr, 23.09. - So, 25.09.2022	Bad Bevensen
	Fr, 07.10. - So, 09.10.2022	
059/22	Mo, 07.11. - Fr, 11.11.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 130,00 Euro

Aufbaulehrgang Gesundheitsförderung Ältere (2. Lizenzstufe/45 LE)

Der Aufbaulehrgang mit dem Schwerpunkt Ältere bildet wie das Profil „Erwachsene“ die Grundlage aller weiteren Lehrgänge der zweiten Lizenzstufe. Während des Lehrgangs werden durchgehend die Bedürfnisse der Zielgruppe „Ältere“ aufgegriffen und auf die Kompetenzen jedes Teilnehmenden bewusst eingegangen.

Nr.	Termin	Ort
060/22	Mo, 14.03. - Fr, 18.03.2022	Landesturnschule Melle

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 130,00 Euro

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

„Gesund bin ich, wenn ich nur abends ins Bett muss“. Anliegen dieses Teils der Ausbildung ist die Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit von Kindern und deren individuelle Förderung. Gesundheit wird dabei als physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden verstanden.

Nr.	Termin	Ort
070/22	Di, 19.04. - Sa, 23.04.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 130,00 Euro

Aufbaulehrgang Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern (2. Lizenzstufe/21 LE)

In diesem Teil der Ausbildung werden Fördermaßnahmen für Kinder mit Entwicklungsauffälligkeiten vermittelt. Schwerpunkte sind die Themen Verhaltensauffälligkeiten, Beobachtung und Elternarbeit. Nach Absolvieren des Abschlusslehrgangs (74/22) berechtigt diese Ausbildung zur Leistungserbringung im Rahmen des Rehabilitationsportes gegenüber Krankenkassen und zur Beantragung des Qualitätssiegels „Pluspunkt Gesundheit.DTB“.

Nr.	Termin	Ort
072/22	Fr, 20.05. - So, 22.05.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

ÜL B „Sport in der Prävention“ – „Allgemeines Gesundheitstraining“ Haltung & Bewegung/Herz-Kreislaufsystem; Schwerpunkt Erwachsene (2. Lizenzstufe/30 LE)

Hier kommt zusammen, was zusammengehört: Im Mittelpunkt steht die praktische Umsetzung und Anwendung der gesundheitsportorientierten Aspekte in den Übungsstunden durch die Teilnehmenden.

Nr.	Termin	Ort
080/22	Fr, 04.03. - So, 06.03.2022	Verden
	Fr, 06.05. - So, 08.05.2022	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

ÜL B „Sport in der Prävention“ – „Allgemeines Gesundheitstraining“ Haltung & Bewegung/Herz-Kreislaufsystem (2. Lizenzstufe/30 LE)

Hier kommt zusammen, was zusammengehört: Im Mittelpunkt steht die praktische Umsetzung und Anwendung der gesundheitsportorientierten Aspekte in den Übungsstunden durch die Teilnehmenden.

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

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

ÜL B „Sport in der Prävention“ – „Allgemeines Gesundheitstraining“ Haltung & Bewegung/ Herz-Kreislaufsystem; Schwerpunkt Ältere (2. Lizenzstufe/ 30 LE)

Aufbauend werden unter dem Fokus Gesundheitssport die theoretischen und praktischen Inhalte vertieft. Themen, wie Sport und Bewegung in der Natur, Koordinationstraining, Grundlagen der Psychomotorik/Motogeragogik, werden hier vorgestellt. Integriert in diesen Lehrgang ist das § 20 Kursprofil: Fit bis ins hohe Alter (Sturzprävention).

Nr.	Termin	Ort
085/22	Mo, 12.09. - Do, 15.09.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

BL = Blended Learning

Rehabilitation

ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ – Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (2. Lizenzstufe/70LE)
 Qualifikation für Vereinsangebote im Rehabilitationssport für Herz-Kreislaufkrankungen und weiterer Begleiterkrankungen wie Diabetes. Neben den anatomischen und physiologischen Grundlagen des Herz-Kreislaufsystems wird u.a. auf die Belastungssteuerung in ambulanten Herzsportgruppen eingegangen. Dieser Lizenzabschluss berechtigt zur Leistungserbringung im Rahmen des Rehabilitationssports gegenüber Kostenträgern und zur Beantragung des Qualitätssiegels „Pluspunkt Gesundheit.DTB.“

Nr.	Termin	Ort
090/22	Mo, 07.03. – Fr, 11.03.2022	Landesturnschule Melle
	Fr, 29.04. – So, 01.05.2022	
091/22	Mo, 12.09. – Fr, 16.09.2022	Hannover
	Fr, 11.11. – So, 13.11.2022	

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahmen möglich
 NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 230,00 Euro

ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ – Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (2. Lizenzstufe/70 LE)
 Qualifikation für Vereinsangebote im Rehabilitationssport für orthopädisch-rheumatischer Erkrankungen am Bewegungsapparat. Neben den anatomischen und physiologischen Grundlagen wird vor allem auf mögliche Erkrankungen des Bewegungsapparats eingegangen. Dieser Lizenzabschluss berechtigt zur Leistungserbringung im Rahmen des Rehabilitationssports gegenüber Kostenträgern und zur Beantragung des Qualitätssiegels "Pluspunkt Gesundheit.DTB".

Nr.	Termin	Ort
092/22	Mo, 28.03. – Fr, 01.04.2022	Landesturnschule Melle
	Fr, 17.06. – So, 19.06.2022	
093/22	Fr, 19.08. – So, 21.08.2022	Landesturnschule Melle
	BL Fr, 23.09. – So, 25.09.2022	
094/22	Fr, 04.11. – So, 06.11.2022	Verden
	Fr, 18.11. – So, 20.11.2022	
	Fr, 17.02. – So, 19.02.2023	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 230,00 Euro

BL = Blended Learning

Der Pluspunkt Gesundheit: Die Vorteile für Deinen Verein



Qualitativ hochwertiges Angebot!
 Der Pluspunkt Gesundheit hilft Vereinen, nach außen deutlich zu machen, dass sie über qualitativ hochwertige Angebote im Gesundheitssport und fachlich kompetente Übungsleitende verfügen.

Marketing-Strategie!
 Die Nutzung des Pluspunkt Gesundheit-Logos bietet dem Verein vielfältige öffentlichkeitswirksame Werbemöglichkeiten: Vereinshomepage, regionale Tageszeitung, Flyer, Plakate etc.

Erschließung neuer Zielgruppen!
 Der Pluspunkt Gesundheit gibt Orientierung und unterstützt alle Interessierten dabei, ein für sie passendes Gesundheitssport-Angebot zu finden.

Besondere Auszeichnung im Gesundheitssport
 Alle (präventiven wie auch rehabilitativen) Sportangebote, die festgelegte Qualitätskriterien erfüllen, können mit dem Pluspunkt Gesundheit ausgezeichnet werden.

Stärkung des positiven Images!
 Der Pluspunkt Gesundheit steigert den Bekanntheitsgrad des Vereins als qualitativ hochwertigen Gesundheits-sportanbieter.

Landesweites Netzwerk
 Alle Vereine, die Pluspunkt-Gesundheit-Angebote in ihr Programm aufnehmen, profitieren vom niedersächsenweiten NTB-Netzwerk im Bereich Gesundheitssport.





Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (15 LE)

Diese Fortbildungsveranstaltung dient zur Verlängerung der ÜL-B Lizenz „Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes“. In jedem Jahr werden aktuelle und neue Inhalte vermittelt. Bei freien Lehrgangsplätzen besteht die Möglichkeit für Mitglieder des BSN oder LAG Kardiologie, zu den genannten Mitgliedspreisen teilzunehmen.

Nr.	Termin	Ort
220/22	Fr, 11.03. - So, 13.03.2022	Landesturnschule Melle
221/22	Fr, 18.03. - So, 20.03.2022	Clausthal-Zellerfeld
222/22	Sa, 05.11. - So, 06.11.2022	Hannover
223/22	Fr, 23.09. - So, 25.09.2022	Bad Bevensen

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 60,00 Euro

Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (15LE)

Diese Fortbildungsveranstaltung dient zur Verlängerung der ÜL-B Lizenz „Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose“. In jedem Jahr werden aktuelle und neue Inhalte vermittelt. Bei freien Lehrgangsplätzen besteht die Möglichkeit für Mitglieder des BSN oder LAG Kardiologie, zu den genannten Mitgliedspreisen teilzunehmen.

Nr.	Termin	Ort
231/22	Fr, 25.11. - So, 27.11.2022	Clausthal-Zellerfeld
232/22	Fr, 25.03. - So, 27.03.2022	Hannover
233/22	Fr, 25.11. - So, 27.11.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (8LE)

Diese Fortbildung dient zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz „Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes“. Bei freien Lehrgangsplätzen besteht die Möglichkeit für Mitglieder des BSN oder der LAG Kardiologie, zu den genannten Mitgliedspreisen teilzunehmen. Es werden aktuelle und auffrischende Inhalte für die Arbeit in der ambulanten Herzgruppe vermittelt. Alle thematischen Details findest Du im BildungsPortal.

Nr.	Termin	Ort
225/22	Sa, 05.02.2022	Online-Veranstaltung
226/22	So, 27.03.2022	Oldenburg

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 30,00 Euro

Folge uns auf Facebook 
@niedersaechsischerturnerbund

 **Deine Anmeldung im BildungsPortal**
bildung.NTBwelt.de

Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (8LE)

Diese Fortbildung dient zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz „Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Diabetes“. Es werden aktuelle und vertiefende Inhalte für die Arbeit in orthopädischen Rehabilitationssportgruppen vermittelt. Alle thematischen Details findest Du im BildungsPortal.

Nr.	Termin	Ort
234/22	So, 06.03.2022	Online-Veranstaltung
235/22	Sa, 26.03.2022	Oldenburg
236/22	Sa, 10.09.2022	Leer
237/22	Sa, 15.10.2022	Elsfleth

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro

Fortbildung Wirbelsäule – „Rücken pur mit Struktur“ (15LE)

Diese Fortbildung dient zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz im Bereich der orthopädischen Rehabilitation. Es werden aktuelle und vertiefende Inhalte für die Arbeit in der orthopädischen Rehabilitation vermittelt.

Nr.	Termin	Ort
239/22	Sa, 17.09. – So, 18.09.2022	Sottrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Reha-Sport an Land und im Wasser (8LE)

Angeboten werden im ersten Teil der Fortbildung funktionelle Übungen für die Halle. Es werden aktuelle und vertiefende Inhalte unter Berücksichtigung der Kernziele im Gesundheitssport vermittelt. Im zweiten Teil geht es um entsprechende Übungen im Wasser. Es ist also zwingend erforderlich, Handtücher und Schwimmbekleidung mitzubringen.

Nr.	Termin	Ort
243/22	So, 22.05.2022	Oldenburg

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 75,00 Euro

Fortbildung Stressbewältigung und Entspannung (15LE)

Diese Fortbildung dient zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz im Bereich der orthopädischen Rehabilitation. Es werden aktuelle und vertiefende Inhalte für die Arbeit in der orthopädischen Rehabilitation vermittelt.

Nr.	Termin	Ort
245/22	Fr, 18.03. – So, 20.03.2022	Hildesheim

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Fortbildung Stressbewältigung und Entspannung – Achtsamkeit (15LE)

Diese Fortbildung dient zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz im Bereich der orthopädischen Rehabilitation. Es werden aktuelle und vertiefende Inhalte für die Arbeit in der orthopädischen Rehabilitation vermittelt.

Nr.	Termin	Ort
246/22	Mi, 04.05. – Fr, 06.05.2022	Barsinghausen

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro



Aqua Brainmoves - Koordinationstraining im Wasser

Fortbildung Gesundheitssport im Wasser: Training von Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit. Ausprobieren im Wasser und theoretische Erläuterungen an Land unter Berücksichtigung der Kernziele im Gesundheitssport.

Nr.	Termin	Ort
241/22	Sa, 26.02.2022	Westerstede
242/22	Sa, 03.09.2022	Westerstede

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 75,00 Euro

Fortbildung Stressbewältigung und Entspannung – Entspannung praktisch erleben (15LE)

Diese Fortbildung dient zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz im Bereich der orthopädischen Rehabilitation. Es werden aktuelle und vertiefende Inhalte für die Arbeit in der orthopädischen Rehabilitation vermittelt. Zur Verlängerung der Wirbelsäulen-Lizenz müssen noch weitere sieben Lerneinheiten aus anderen Fortbildungen der 2. Lizenzstufe Gesundheitssport ergänzt werden.

Nr.	Termin	Ort
247/22	Fr, 06.05. – So, 08.05.2022	Barsinghausen

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Angaben zur Anerkennung für die Lizenz- und Zertifikatsverlängerungen findest Du im BildungsPortal.
bildung.ntbwelt.de

Lust auf Traumreisen (15LE)

Mal eben in die Karibik oder zum Sonnenuntergang in die Alpen... Das kann so einfach sein! Die Weiterbildung vermittelt das Thema Traumreisen, die Anwendung und die Einsatzmöglichkeiten und soll dabei helfen, die richtige Reise für Gruppen auszuwählen. Selbsterfahrung und das praktische Anleiten stehen im Vordergrund.

Nr.	Termin	Ort
248/22	Fr, 04.11. – So, 06.11.2022	Bad Bevensen

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Das Kraft- und Energiezentrum Beckenboden (15LE)

Als Kraft- und Energiezentrum ist der Beckenboden die Basis für unsere aufrechte Körperhaltung, Ausstrahlung und Lebenslust. Das Bewusstsein für diesen oftmals unbekanntem Körperbereich wird achtsam aufgeweckt. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, konkret und gleichzeitig sensibel mit dem Thema umzugehen und dafür eine bildhafte Sprache zu nutzen. Die Verschiedenheit von Frauen und Männern und die jeweilige Bedeutung des Energiezentrums für die Lebenslust ist ein zentrales Thema.

Nr.	Termin	Ort
265/22	Fr, 18.11. – So, 20.11.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Flexible Muskeln und bewusster Atem – Fließend älter werden (15LE)

Flexibilität ist eine Grundvoraussetzung für ein aktives und gesundes Leben im Alter. Angemessene Herausforderungen mit neuen, anspruchsvollen und auch leichten Übungen sorgen für notwendige Anpassungsreize für Körper und Geist. Mit Elementen aus Yin Yoga, Körperwahrnehmung und bewusstem Atmen werden die Wirkungen eines Bewegungs- und Beweglichkeitstrainings für Körper und Geist erforscht.

Nr.	Termin	Ort
267/22	Fr, 26.08. – So, 28.08.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Folge uns auf Facebook

@niedersaechsischerturnerbund



#SPORT
VEREINT
UNS



Fortbildung Gesundheitsförderung im Kinderturnen/Reha-Sport für Kinder (15 LE)

Noch auf dem aktuellen Stand? Diese Fortbildung dient zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz Gesundheitsförderung im Kinderturnen. Es werden aktuelle und auffrischende Inhalte für die Arbeit im Präventions- und Rehabilitationssport zur Gesundheitsförderung im Kinderturnen vermittelt. Schwerpunkt in diesem Jahr wird das Thema Verhalten sein.

Nr.	Termin	Ort
271/22	Fr, 02.12. – So, 04.12.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Die sanfte Nackenschule (15 LE)

Nackenverspannungen... – jeder kennt sie, jeder hatte sie schon einmal. Die richtige Therapie von Schulter- und Nackenproblemen kann einen gewaltigen Einfluss auf die Lebensqualität der Betroffenen nehmen. In dieser Weiterbildung werden zum einen die anatomischen und physiologischen Grundlagen des Schulter-/Nackengürtels vermittelt und zum anderen eine Nackenschule vorgestellt, welche die Qualität Ddeines Gesundheitssportangebots deutlich anheben wird.

Nr.	Termin	Ort
280/22	Fr, 11.02. – So, 13.02.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Faszien: Neues aus der Forschungspraxis

Ich möchte mit Dir sortieren, was ist eigentlich neu an der Faszienforschung, was ist schon länger bekannt, aber bisher ein Nischenwissen gewesen. Wie kann ich von den neueren Forschungen als Sportlerin oder Sportler und Übungsleiterin oder Übungsleiter im Gesundheitssport davon profitieren, und wie können wir diese Erkenntnisse in größere und fachübergreifende Zusammenhänge setzen. Spannende, neue Erkenntnisse erwarten Dich!

Nr.	Termin	Ort
281/22	Fr, 04.03. – So, 06.03.2022	Clausthal-Zellerfeld

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Faszien: Gleichgewicht und Koordination

Wir wissen, dass in den Faszien sowohl der Tastsinn als auch die Propriozeption /Körperwahrnehmung verortet ist. Im Faszientraining geht es also nicht nur darum, Bindegewebe zu kräftigen und Elastizität und Geschmeidigkeit zu erhalten, sondern ganz wesentlich um Körperbalance und die Koordinierung von Bewegungsabläufen. In dieser Fortbildung werden wir uns in Theorie und Praxis mit diesem interessanten Themenfeld beschäftigen. Im Gleichgewicht zu sein und es zu finden, ist eine zentrale Fähigkeit des Menschen!

Nr.	Termin	Ort
282/22	Fr, 04.11. - So, 06.11.2022	Clausthal-Zellerfeld

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Effektives Training für die oberen Extremitäten (15 LE)

Die Beschwerdebilder der oberen Extremitäten sind vielfältig und weit verbreitet. Aufgrund der Komplexität der Beschwerdebilder und Trainingsmöglichkeiten, können Übungsleitende den Bedürfnissen der Teilnehmenden oft nicht gerecht werden. Daher werden in dieser Weiterbildung die anatomischen und physiologischen Grundlagen des Schulter-, Ellenbogen- sowie Handgelenks vermittelt und darauf aufbauend, problemspezifische Übungen vorgestellt und diskutiert.

Nr.	Termin	Ort
285/22	Sa, 19.02. - So, 20.02.2022	Jever

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Psychosoziale Ressourcen im Gesundheitssport (15 LE)

Psychische und soziale Aspekte spielen bei der Gestaltung von Gesundheitssportangeboten eine große Rolle und werden oft intuitiv von den Übungsleitenden eingebunden. Ziel dieser Weiterbildung ist es, die Grundlagen der 1. und 2. Lizenzstufe zu vertiefen sowie die Übungsleitenden zu befähigen, die psychosozialen Ressourcen systematisch in die Planungen einzubeziehen. Hierdurch können die Gesundheitssportangebote deutlich aufgewertet werden.

Nr.	Termin	Ort
283/22	Fr, 01.04. - So, 03.04.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Effektives Training für Hüfte, Knie und Sprunggelenke (15 LE)

Die anatomischen Grundlagen des Knie-, Hüft- und des Sprunggelenkes sind aus den Ausbildungen der zweiten Lizenzstufe bekannt. Diese Weiterbildung vertieft die biomechanischen Grundlagen und schafft so ein differenziertes Verständnis für das funktionelle und effektive Training. Zudem wird auf die Themen Beckenstabilität und Beinachsentraining eingegangen. Die gewonnen Erkenntnisse können prinzipiell in jeder Gesundheitssportstunde eingesetzt werden.

Nr.	Termin	Ort
286/22	Fr, 15.07. - So, 17.07.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Im Gleichgewicht mit Yoga-Praxis (15 LE)

Im Gleichgewicht sein, körperlich wie geistig. Was hat Einfluss auf Dein Gleichgewicht? Wie kannst Du dein Gleichgewicht trainieren? Du sollst in verschiedenen Elementen Dein Gleichgewicht spüren, und die Veränderungen wahrnehmen, wenn sich deine Aufmerksamkeit verändert. Beim Üben, mit verschiedenen „Untergründen“, (z. B. im Wasser auf SUP Boards), kannst Du Deine ganz eigenen Erfahrungen sammeln. Dieses Wochenende soll Dir Ideen vermitteln, wie Du verschiedene Elemente und Geräte in Deinen Stunden anwenden kannst. Schwerpunkt: Gleichgewicht als Ziel im Gesundheitssport. Wie können Deine Teilnehmenden ihren persönliche Blick auf das Thema „Gleichgewicht“ finden? Dies soll Anhand von viele Beispielen „gestärkt“ werden. Schwimmfähigkeit muss für die Praxis auf dem Wasser bestehen!

Nr.	Termin	Ort
284/22	Fr, 22.07. - So, 24.07.2022	Clausthal-Zellerfeld

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Eine Einführung in die Feldenkraismethode (15 LE)

„Ich lehre nicht, aber ihr lernt!“ ist eine der grundlegenden Aussagen von Dr. Moshe Feldenkrais, der vor über 50 Jahren die Feldenkraismethode entwickelt hat. Eine Feldenkraislehrerin oder ein Feldenkraislehrer belehrt daher nicht über das falsche oder richtige Bewegen, sondern hilft seinen Schülerinnen und Schülern, selbst zu erkennen, wie sie sich bewegen. Er unterstützt sie, neue Möglichkeiten zu erproben, bis sie auf eine stoßen, die leichter und besser funktioniert. Die Feldenkrais-Gymnastik (Bewusstheit durch Bewegung) schult Körperbewusstsein sowie Beweglichkeit von Körper und Geist.

Nr.	Termin	Ort
287/22	Fr, 25.02. - So, 27.02.2022	Verden

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Kursleiterschulungen standardisierte Programme

In dieser Online-Schulung geben wir Dir einen Einblick in die aktuellen standardisierten Präventionsprogramme. Voraussetzung ist eine abgeschlossene ÜL-B Lizenz in der Prävention und eine bereits abgeschlossene Kursleiterschulung beim NTB. Anschließend darfst Du alle standardisierten Programme als Präventionskurs anbieten.

Nr.	Termin	Ort
294/22	Fr, 04.03.2022	Online-Veranstaltung
295/22	Fr, 14.10.2022	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: 15,00 Euro

Feldenkrais im Gesundheitssport (15 LE)

„Ich lehre nicht, aber ihr lernt!“ ist eine der grundlegenden Aussagen von Dr. Moshe Feldenkrais, der vor über 50 Jahren die Feldenkraismethode entwickelt hat. Eine Feldenkraislehrerin oder ein Feldenkraislehrer belehrt daher nicht über das falsche oder richtige Bewegen, sondern hilft seinen Schülerinnen und Schülern, selbst zu erkennen, wie sie sich bewegen. Er unterstützt sie, neue Möglichkeiten zu erproben, bis sie auf eine stoßen, die leichter und besser funktioniert. Die Feldenkrais-Gymnastik (Bewusstheit durch Bewegung) schult Körperbewusstsein sowie Beweglichkeit von Körper und Geist.

Nr.	Termin	Ort
288/22	Fr, 21.10. - So, 23.10.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro



Neurozentrierte Erwärmung im Gesundheitssport (8 LE)

Für gewöhnlich stehen die Muskeln, Gelenke und das Herzkreislauf-System im Zentrum jeder Erwärmung. Dabei werden oft die Kommunikationswege zwischen Gehirn und Körper komplett vernachlässigt. Dabei kann eine neurozentrierte Erwärmung möglichen Schwächen, wie Koordinationsprobleme, instabile Bewegungen und Bewegungseinschränkungen, entgegenwirken. Diese andere Sichtweise setzt definitiv neue Impulse und wertet Deine Erwärmungsphasen auf!

Nr.	Termin	Ort
289/22	Sa, 05.03.2022	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: 60,00 Euro

Einführung in die Geheimnisse des Taiji (15 LE)

Taiji ist eine fernöstliche Bewegungskunst, die alltäglich von Millionen Chinesen geübt wird und auch bei uns immer mehr Anhänger findet. Sie entspannt Körper und Geist, stärkt die Lebensenergie (Qi) und dient der Gesundheitsvorsorge. Taiji ist ein Übungsweg, der Körper, Geist und Seele verbindet und den Menschen zu seiner eigenen Mitte führt. Es ist eine Bewegungsweise, deren meditativer fließender Ablauf zu mehr Wohlbefinden und Konzentration verhilft und die intuitiven Kräfte fördert.

Nr.	Termin	Ort
291/22	Sa, 10.12. – So, 11.12.2022	Barsinghausen

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro



Angaben zur Anerkennung für die Lizenz- und Zertifikatsverlängerungen findest Du im BildungsPortal.

bildung.ntbwelt.de

Atmung und Immunologie (15 LE)

Kann mein Immunsystem von meiner Atmung profitieren? Und wenn ja, wie kann das funktionieren? Wie geht dann diese Atemtechnik? Wir gehen diesem spannenden und „atemberaubenden“ Thema wissenschaftlich nach und zeigen auch für Deine Praxis im Gesundheitssport, was Du in Deinen Stunden, mit Deinen Teilnehmenden für das Immunsystem tun kannst.

Nr.	Termin	Ort
292/22	Fr, 04.11. – So, 06.11.2022	Clausthal-Zellerfeld

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

Wirksame Wege zur Selbstsorge

„Ich kann mich nur gut um andere sorgen, wenn ich mich gut um mich selbst sorge.“ Wer kennt diesen Satz nicht? Und doch scheint es oft so schwer, gut für sich selbst zu sorgen...

Wir befassen uns bewusst, praxisnah und in Bewegung mit dem persönlichen Umgang mit Selbstsorge und individuellen Ressourcen und erarbeiten gemeinsam ein stabiles Fundament, um Selbstsorge aktiv betreiben zu können. Dabei beleuchten wir die Stolpersteine auf dem Weg zu gewünschten Veränderungen und wie wir diese nachhaltig aus dem Weg räumen können.

Nr.	Termin	Ort
293/22	Sa, 10.09. - So, 11.09.2022	Wolfsburg

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

DTB-Kursleiter/in Beckenboden (25 LE)

Inhalte: Anatomie des Beckenbodens; Verschiedene Formen und Ursachen der Beckenbodenschwäche; Beckenboden und Atmung; Beckenbodentraining aus verschiedenen Ausgangsstellungen; Entspannungsformen.

Nr.	Termin	Ort
725a/22	Mi, 04.05. - Fr, 06.05.2022 Referentin: Ulla Häfelinger	Landesturnschule Melle

725b/22	Mo, 28.11. - Mi, 30.11.2022 Referentin: Ulla Häfelinger	Landesturnschule Melle
---------	--	------------------------

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

Achtsamkeits-Training und Gesundheitssport

Eine Einführung – Was ist Achtsamkeits-Training und MBSR? Wie kann geistiges Training (Achtsamkeit) nach Prof. Jon Kabat-Zinn mir persönlich und für meine Schülerinnen und Schüler nützlich sein? Wie kann es mein Art und Weise Gesundheitssport zu unterrichten verändern? Damit wollen wir uns theoretisch und praktisch auseinandersetzen.

Nr.	Termin	Ort
290/22	Sa, 14.05. - So, 15.05.2022	Hannover

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 120,00 Euro

DTB-Trainer/in Osteoporose-Prävention (25 LE)

Inhalte: Osteoporose Entstehung und Symptomatik; Kriterien der Diagnosesicherung; Stellenwert des Sports in der Osteoporose Prävention; Biomechanik der Wirbelsäule; Ernährung; Sportpädagogische Prinzipien; Muskeltraining und Mobilisation; Entspannungsverfahren; Rückengerechtes Verhalten im Alltag; Koordinationsschulung; Psychomotorik.

Nr.	Termin	Ort
727/22	Mo, 13.06. - Mi, 15.06.2022 Referentin: Ulla Häfelinger	Landesturnschule Melle

Bildungsurlaub möglich

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 380,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 425,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 220,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 265,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 15,00 Euro



Rendezvous der Besten



Das Sprungbrett zum

Feuerwerk
der
Turnkunst

HAST DU LUST AUF EIN HEIMSPIEL
BEIM RENDEZVOUS DER BESTEN?
DANN BEWIRB DICH JETZT
UND WERDE MIT DEINEM
VEREIN AUSRICHTER DES
RENDEZVOUS DER BESTEN 2022.

"The stage is yours!"

Der beliebte Showwettbewerb, bei dem Kreativität und Ideenreichtum zählen. Vereinsgruppen aus allen Bereichen der turnerischen Vielfalt können hier ihr Showtalent unter professionellen Showbedingungen präsentieren. Der Phantasie und Originalität in der Auswahl der Musik, der Requisite, Kleidung und Schminke sind keine Grenzen gesetzt. Alle Showgruppen sind bei diesem Wettbewerb goldrichtig, denn was in den Übungsstunden erarbeitet wird, erhält mit dem „Rendezvous der Besten“ eine ideale Plattform, um präsentiert zu werden. In der Kategorie Wettbewerb mit Prädikat könnt Ihr Eure

Auftritte von einer fünfköpfigen Jury bewertet lassen, oder Ihr tretet in der Kategorie Vorführung mit Beratung ohne Jury-Bewertung an.

Die erfolgreichsten Großgruppen sowie eine Auswahl der Kleingruppen qualifizieren sich für das niedersächsische Landesfinale. Hier werden die „Showgruppen Niedersachsen 2022“ gekürt, qualifizieren sich die erfolgreichsten Gruppen für das Bundesfinale und bewerben sich um die begehrten Plätze für einen Auftritt beim Feuerwerk der Turnkunst.

Mehr Informationen: www.NTBwelt.de/events · Tel.: (0511) 98097-93

NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND



**Orientierungshilfe/Inhaltsverzeichnis
oder Cloud-Abbildung**

Ausbildungen	S. 88
Fortbildungen	S. 89
Veranstaltungen	S. 90



Foto: Karl Obermayer

DOSB-Lizenzbildungen

Tanz

Trainer C Freizeit- und Breitensport – Tanz (1. Lizenzstufe/ 90 LE)

Das Profil Tanz (offiziell: Gymnastik-Rhythmus-Tanz) bildet qualifizierte Trainer für unterschiedliche Tanz-Bereiche aus, wie z. B. Gymnastik und Tanz, Modern Dance, Jazzdance, Ballett, Fitgym, Kindertanz, HipHop, Streetdance Newstyle, Folklore. Die Teilnehmer erhalten die Kompetenz, ein qualifiziertes breiten- und/oder wettkampfsportlich orientiertes Sportangebot im Verein eigenverantwortlich und selbstständig zu planen und durchzuführen.

Nr.	Termin	Ort
036/22	Fr, 29.04. – So, 01.05.2022	
	Fr, 20.05. – So, 22.05.2022	
	Fr, 17.06. – So, 19.06.2022	
	Fr, 01.07. – So, 03.07.2022	Westerstede
043/22	Mo, 24.10. – Fr, 28.10.2022	
	Fr, 06.01. – So, 08.01.2023	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 240,00 Euro

Bewegungskunst

ÜL C Freizeit- und Breitensport – Jugendturnen „Trends und Bewegungskünste“ (1. Lizenzstufe/90 LE)

Hier bekommst Du Turnen in den coolen Bewegungsformen/Bewegungskünsten Akrobatik, Einrad, Jonglage, Slackline, Vertikaltuch, Jump&Fun, Rope Skipping, Parkour, Holistic Art of Movement, Beach-Jumping, Tricking etc. Was liegt im Trend, was ist momentan zukunftsweisend im Sport? Wir zeigen Dir, wie ein ganzheitliches Fitnessstraining für junge Sportlerinnen und Sportler aussehen kann. Diese Ausbildung ist für eine fitte, kreative Zielgruppe im Verein konzipiert, die neue, frische Inspirationen in den Verein tragen will: Von jungen Sportlerinnen und Sportlern für junge Sportlerinnen und Sportler. Finde Deinen eigenen Style in den Bewegungen, erfinde Neues, have fun!

Nr.	Termin	Ort
027/22	Mo, 04.04. – Fr, 08.04.2022	
	Fr, 20.05. – So, 22.05.2022	Verden

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 240,00 Euro



Deine Anmeldung im BildungsPortal bildung.NTBwelt.de

Folge uns auf Facebook

@niedersaechsischerturnerbund



Tanz

Tanzen mit Kindern - Kindertanz

Von vorgegebenen Choreografien zu unterschiedlichen Musiken bis zum kreativen Kindertanz. Von Grundlagen spezieller Tanzstile bis hin zu Choreografiemethoden für das Arbeiten mit Kindern in Tanz- und Turngruppen. Ein abwechslungsreiches Programm mit viel Tanz, neuen Ideen und Möglichkeiten der Umsetzung in Kinder- und Jugendgruppen.

Nr.	Termin	Ort
104/22	Mo, 23.05. - Mi, 25.05.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Tanzen, was das Zeug hält

Ein Wochenende nur tanzen, tanzen, tanzen! Von HipHop/Streetdance, Jazzdance, ModernDance bis Ballett wird für jeden etwas dabei sein! Auch der Technikschiulung und einigen Aspekten der Choreografie werden wir uns widmen. Es ist für jeden Tanzbegeisterten sicherlich etwas dabei. Geplanter Ablauf: wählbare Workshops

Nr.	Termin	Ort
114/22	Fr, 04.11. - So, 06.11.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

NTJ-Tanzlehrgang Streetculture

Für alle, die nicht genug bekommen können: ein Wochenende Streetdance satt. Das darfst Du auf keinen Fall verpassen!

Nr.	Termin	Ort
466/22	Fr, 18.11. - So, 20.11.2022	Buchholz

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 35,00 Euro

NTJ-Tanzlehrgang NewStyle (Streetdance)

Streetdance ist absolut angesagt! In diesem Lehrgang lernst Du Grundlagen des Newstyle kennen, um später Ideen für eigene Choreografien zu entwickeln.

Nr.	Termin	Ort
465/22	Fr, 04.02. - So, 06.02.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 35,00 Euro

Dance around the world! Entdecke Dein Talent! (8 LE)

Lass Dich von kleinen Kostproben verschiedener Stile aus unterschiedlichen Kulturen inspirieren (z.B. Funky, Hip Hop, Flamenco, Modern Dance, Latin, Bollywood, etc.) und entdecke, welche(r) am besten zu Deinem Körper und Deiner Seele passt, kreierte Deinen eigenen persönlichen Stil!

Nr.	Termin	Ort
839/22	So, 22.05. - So, 22.05.2022	Landesturnschule Melle

Referentin: Manuela Venturin

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Choreografie

Treffpunkt Choreografie 2022

Der Treffpunkt für alle NTB- und DTB-Choreografen, um sich intensiv und kreativ mit den Aspekten der Choreografie auseinanderzusetzen.

Nr.	Termin	Ort
120/22	Fr, 28.10. - So, 30.10.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Bewegungskunst

Turnwerkstatt und Trainingslager

Was gibt es Innovatives im Gerättturnen und den Bewegungskünsten? Ob einsteigende oder fortgeschrittene Turnerinnen und Turner mit ihren Trainerinnen und Trainern, für alle gibt es bei dieser Fortbildung etwas! Hier wird der „Coach“ gecoach. Neues ist auch im Turnen angekommen – aber wie geht das? Und Altes: Welche Muskeln muss ich bei den typischen Aktionen und Positionen im Turnen kräftigen/dehnen? Wie funktionieren die Schlüsselemente im Gerättturnen? Wie macht man eine gute Fehleranalyse? Was ist eine gute Trainerin und ein guter Trainer? Hier werden Antworten gegeben und alte und neue Turn-Themen behandelt. Jede Trainerin und jeder Trainer darf mindestens zwei Turnerinnen oder Turner mitbringen! Ein Trainingslager für alle an Deiner LandesTURNschule!

Nr.	Termin	Ort
106/22	Fr, 08.07. - So, 10.07.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 50,00 Euro

TurnCAMP

DAS Trainingslager für Turnerinnen und Turner aus den Vereinen! Übungsleitende, Turnerinnen und Turner trainieren gemeinsam an ihren Elementen und werden von Coaches begleitet. Einteilung und Trainingsschwerpunkte werden vor Ort gemeinsam erarbeitet. Spaß darüberhinaus ist mit verschiedenen Extra-Angeboten für alle sicher!

Nr.	Termin	Ort
107/22	Mo, 18.07. - Do, 21.07.2022	Clausthal-Zellerfeld

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 105,00 Euro

**#SPORT
VEREINT
UNS**

Veranstaltungen

Dance2u®

Tanzen, Tanzen, Tanzen, Freunde treffen, Tanzen, Tanzen, Tanzen und Feiern: Das ist das Dance2u®! Sei bei unserem großen TanzContest dabei. Mit welchem Tanzstil Du auftrittst, ist Nebensache. Was zählt, ist Deine Begeisterung, mit der Du das Publikum in Deinen Bann ziehst.

Nr.	Termin	Ort
401/22	Fr, 04.03. - So, 06.03.2022	Neustadt am Rbge.

Folge uns auf Instagram
@NTB



Jonglissimo

Sofia Speratti

Duo Ignatov | Ganzzyuk

Viola Brand

Feuerwerk der Turnkunst | DIE AGENTUR



Sergey Timofeev

Showteam

Jules & Jérôme

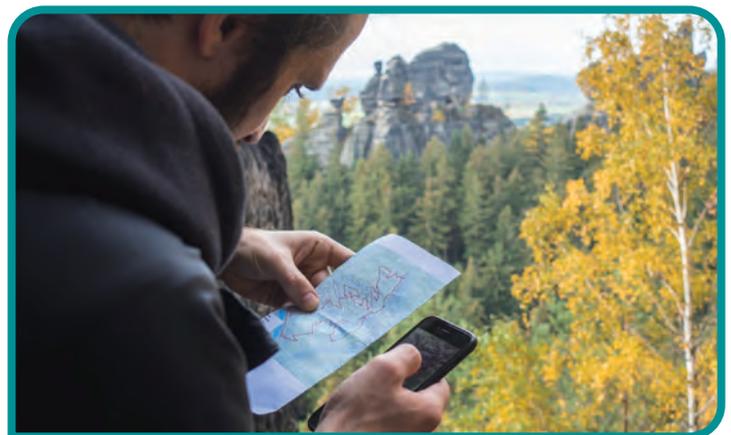
Wheel Sensation

Wir verwandeln Ihr Event in ein unvergessliches Feuerwerk.

Wir sind Experten für die einzigartige Inszenierung atemberaubender Veranstaltungen. Dies beweisen wir seit über 20 Jahren – nicht zuletzt mit dem Feuerwerk der Turnkunst, mit dem wir bis heute mehr als zwei Millionen Besucher begeistert haben.

Nutzen Sie unsere Erfahrung, um Ihre Veranstaltung in ein unvergessliches Erlebnis zu verwandeln. Setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

Ihr Ansprechpartner: **Dominik Riebling**
www.feuerwerkderturnkunst.de/dieagentur
Tel.: 0511/980 97-87 · E-Mail: agentur@NTBwelt.de



Orientierungshilfe

Ausbildungen	S. 92
Schneesport	S. 93
Wandern	S. 94
Abenteuer- und Erlebnissport	S. 95
Natur- und Outdoorsport	S. 96
Baltrum: Sonne, Strand und Meer	S. 97

Foto: Lotic Ansermoz auf Unsplash



Trainer C Freizeit- und Breitensport - Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Natursport Sommer (1. Lizenzstufe/90 LE)

Immer mehr Menschen zieht es nach draußen! Sie wollen sich an der frischen Luft bewegen, Natur erleben. Dieser Trend zurück zur Natur wird zusehends stärker. Wenn Du in Deinem Verein Angebote im Bereich Natur Erlebnis leiten möchtest, ist dies genau die richtige Ausbildung für Dich. Du lernst, wie Du erlebnisreich gesundheitsorientierte und fitnesstärkende Übungsstunden gestalten kannst.

Nr.	Termin	Ort
035/22	Fr, 22.04. - So, 24.04.2022	
	Fr, 06.05. - So, 08.05.2022	
	Fr, 20.05. - So, 22.05.2022	
	Fr, 01.07. - So, 03.07.2022	Celle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 240,00 Euro

Trainer C Freizeit- und Breitensport - Wandern (1. Lizenzstufe/90 LE)

Nr.	Termin	Ort
046/22	Mo, 16.05. - Fr, 20.05.2022	
	Do, 22.09. - Sa, 24.09.2022	Landesturnschule Melle

Ski-Übungsleiter Grundstufe & Trainer C im Breitensport - Fitness und Gesundheit Natursport Winter (Ski)

Schulung und Prüfung zum Lizenzerwerb mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
330a/22	Do, 20.10. - Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Snowboard-Übungsleiter Grundstufe & Trainer C im Breitensport - Fitness und Gesundheit Natursport Winter (Snowboard)

Schulung und Prüfung zum Lizenzerwerb mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
330b/22	Do, 20.10. - Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Qualifikation Ski - Lernfeld Eis & Schnee - Schneesport an der Schule

Schulung zum Erwerb der Berechtigung zur Durchführung von Wintersportschulfahrten mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
333a/22	Sa, 22.10. - Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Qualifikation Snowboard - Lernfeld Eis & Schnee - Schneesport an der Schule

Schulung zum Erwerb der Berechtigung zur Durchführung von Wintersportschulfahrten mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
333b/22	Sa, 22.10. - Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Informationen und Anmeldungen unter:
www.NTB-sneesport.de

Schneesport

Fortbildung für Trainer C im Breitensport Fitness & Gesundheit – Natursport Winter bzw. Übungsleiter Grundstufe – Ski

Nachschulung zur Lizenzverlängerung mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
331a/22	Sa, 22.10. – Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Fortbildung Ski – Lernfeld Eis & Schnee – Schneesport an der Schule

Auffrischung & Nachschulung für Lehrkräfte, zur Durchführung von Wintersportschulfahrten mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
334a/22	Sa, 22.10. – Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Fortbildung für Trainer C im Breitensport Fitness & Gesundheit – Natursport Winter bzw. Übungsleiter Grundstufe - Snowboard

Nachschulung zur Lizenzverlängerung mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
331b/22	Sa, 22.10. – Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Fortbildung Snowboard – Lernfeld Eis & Schnee – Schneesport an der Schule

Auffrischung und Nachschulung für Lehrkräfte, zur Durchführung von Wintersportschulfahrten mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
334b/22	Sa, 22.10. – Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Fortbildung für Trainer C im Breitensport Fitness & Gesundheit – Natursport Winter bzw. Übungsleiter Grundstufe - Ski (Kompaktkurs)

Nachschulung zur Lizenzverlängerung mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
332a/22	Di, 25.10. – Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Skilanglaufzeit in Abtenau im Salzburger Land

Skilanglaufzeit – Skikurs bzw. Betreuung durch erfahrene Langlauflehrkräfte – für Erwachsene jeden Alters, die Sport, Fitness und Spaß mit dem gemeinsamen Erleben der Natur verbinden wollen.

Nr.	Termin	Ort
335/22	So, 27.02. – Mi, 09.03.2022	Abtenau, Österreich

Fortbildung für Trainer C im Breitensport Fitness & Gesundheit – Natursport Winter bzw. Übungsleiter Grundstufe – Snowboard (Kompaktkurs)

Nachschulung zur Lizenzverlängerung mit den Schwerpunkten Methodik, Didaktik, Fahrkönnen, Lehrverhalten, Umwelt- und Gesundheitsaspekte in Praxis (80%) und Theorie (20%).

Nr.	Termin	Ort
332b/22	Di, 25.10. – Sa, 29.10.2022	Schnals - Südtirol

Folge uns auf Facebook
@niedersaechsischerturnerbund 

 **Deine Anmeldung im BildungsPortal bildung.NTBwelt.de**



Wandern

Radwandern im Ammerland

Entdecke die sattgrüne Ammerländer Parklandschaft vom Fahrradsattel aus. Wir lernen auf diese Weise die grünen Schätze dieser abwechslungsreichen Region kennen und lassen uns im Frühsommer von der Farbenpracht unzähliger Rhododendren verzaubern.

Nr.	Termin	Ort
342/22	Fr, 29.04. – So, 01.05.2022	Westerstede

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Tourenplanung am Smartphone

Dieses Wochenende richtet sich an alle Outdoorbegeisterten. Es wird eine zeitgemäße Tourenplanung mit dem eigenen Smartphone und der APP Komoot vermittelt. Dazu gehört ein kurzer Einblick in die Technik im Hintergrund.

Nr.	Termin	Ort
343/22	Fr, 12.08. – So, 14.08.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Radwandern im Wiehengebirge

Ein sportliches Radwochenende im Meller Land. Angeboten werden Radtouren im schönen Grönegau mit seinen sanften Hügeln. Zum Einstieg gibt es Unterweisungen in Fahrtechniken.

Nr.	Termin	Ort
344/22	Fr, 19.08. – So, 21.08.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

Wandern im Grönegau - Sanfte Hügellandschaften entdecken

Im Zentrum des Grönegaus, der grünen Landschaft rund um Melle, liegt mit den Ausläufern des Teutoburger Waldes und des Wiehengebirges ein ideales Wandergebiet. Attraktive Ziele im direkten Umfeld der Landesturnschule sind die Bifurkation in Gesmold, die Ottoshöhe und die Dietrichsburg in den Meller Bergen und der Beutling. Zusätzlich ist eine Tagestour nach Bad Essen möglich.

Nr.	Termin	Ort
345/22	Fr, 07.10. – So, 09.10.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 105,00 Euro

Walken & Wandern – das perfekte Fettstoffwechseltraining (8 LE)

Es gibt viele Gründe, weshalb sich Menschen für Outdoorsportarten, wie Walking oder Wandern, entscheiden. Einer der Hauptgründe jedoch ist die Fettverbrennung. Wie der Fettstoffwechsel funktioniert, und weshalb aerobes Ausdauertraining so effektiv ist, wissen aber nur die Wenigsten.

Nr.	Termin	Ort
831/22	Sa, 14.05.2022	Verden

Referent: Adriano Valentini

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 98,00 Euro



#SPORT
VEREINT
UNS

Abenteuer- und Erlebnissport

NTJ-Abenteuer: Klettern im Ith

An diesen zwei Tagen soll die Freiheit auf den Gipfeln der Natursteinfelsen des Iths, die Sonne, die Geselligkeit in der Gruppe, der Spaß am Klettern und die Lagerfeuer-Atmosphäre beim Campen genossen werden. Der Abenteuersport lädt Dich herzlich ein!

Nr.	Termin	Ort
451/22	Sa, 10.09. - So, 11.09.2022	Ith

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro

Abenteuer: Klettern im mobilen Klettergarten

Unsere NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum bietet Dir Klettern mit Seeblick. Komm' und probiere es aus!

Nr.	Termin	Ort
459/22	Termin und Ort werden schnellstmöglich im BildungsPortal bekannt gegeben.	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro



Kletterlehrgang: Klettern und Sichern für Anfänger

Lerne das faszinierende Klettern im Toprope und die wichtigen Grundkenntnisse dazu mit uns vom Arbeitskreis für Abenteuersport kennen! Melde Dich an und schnuppere Höhenluft!

Nr.	Termin	Ort
452/22	Fr, 10.06. - So, 12.06.2022	Braunschweig

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro

Kletterlehrgang: Felsenstürmer

Im Toprope klettern kannst Du schon! Wir bieten Dir beim Kletterlehrgang „Felsenstürmer“ die Chance, die Fertigkeiten des Kletterns im Vorstieg zu erlernen und einen Kletterschein zu erlangen.

Nr.	Termin	Ort
454/22	Fr, 10.06. - So, 12.06.2022	Braunschweig

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro



NTJ-Abenteuer: Geocaching

Technik, die begeistert! Eine GPS Funktion hat mittlerweile jedes Smartphone. Dass man damit nicht nur seinen Standort und Routen berechnen lassen kann, sondern auch versteckte, wahre Schätze im Alltag entdeckt, wird hier vermittelt!

Nr.	Termin	Ort
458/22	Fr, 07.10. - So, 09.10.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro

Abenteurpädagogik

„Teamwork makes the dreams work“. Im Team zu arbeiten, erleichtert das Leben, muss allerdings auch gelernt werden. Hole Dir hier geniale Ideen für Dein Team.

Nr.	Termin	Ort
453/22	Termin und Ort werden schnellstmöglich im BildungsPortal bekannt gegeben.	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro



10. bis 12. Juni 2022 in Osnabrück
 ÜL-Lizenz an einem Wochenende verlängern!
 Infos und Anmeldung: www.NTB-Kongress.de



Deine Anmeldung im
BildungsPortal
bildung.NTBwelt.de

Natur- und Outdoorsport

Tuju-Sporttage

Mit der Tuju neue Sportarten und Bewegungsformen entdecken. Unsere Sporttage auf Baltrum ermöglichen Dir einen Einblick in die Vielfalt der Turnsportarten und aktuellen Trends des Freizeitsports. Meer, Strand und Sportplatz bieten unendliche Möglichkeiten für gemeinsame Action. Nimm' frische Ideen und Anregungen mit in Deine Vereinsgruppe!

Nr.	Termin	Ort
477/22	Fr, 24.06. – So, 26.06.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro

4XF Instructor/in Outdoor Fitcamp (10 LE)

Raus aus der stickigen Luft vieler Sporthallen und Fitnesscenter und rein in die freie Natur. Das Outdoor FitCamp bietet Fitnessinteressierten neue Erfahrungen und einen Motivationsschub durch das Training an der frischen Luft. Basierend auf abwechslungsreichen und dadurch niemals langweiligen Trainingsprogrammen werden Natur, Spaß und hartes Training in Einklang gebracht.

Nr.	Termin	Ort
860/22	Sa, 03.09.2022	Hannover

Referent: Christoph Weber

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 130,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 165,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro

4XF Outdoor WODs und Natural Movements (8 LE)

In dieser Fortbildung findet alles draußen statt. An verschiedenen Orten, wie dem Sportplatz und dem Park, wollen wir WODs durchführen und die Vielfalt der Möglichkeiten aufzeigen, die uns geboten werden. Es werden WODs mit klassischen Geräten kennengelernt, aber auch reine Bodyweight Workouts. Des Weiteren wollen wir uns mit Natural Movements beschäftigen, welche gut in unsere 4XF Functional Trainingsstunden integriert werden können und nicht gleich die hohe Intensität haben müssen. Es geht mehr darum, grundlegende Bewegungsmuster in der Natur durchzuführen oder wiederzuerlangen.

Nr.	Termin	Ort
853/22	Sa, 27.08.2022	Verden

Referent: Christoph Weber

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 78,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 98,00 Euro

Natural Movement (8 LE)

Um den Körper fit zu halten, treiben wir Sport. Doch inwieweit passt der zu unseren natürlichen Bewegungsanlagen? Was sind überhaupt natürliche Bewegungen, und wie wende ich sie zum Auf- und Ausbau meiner Fitness an? Diesen Fragen und mehr gehen wir in diesem praxisorientiertem Lehrgang nach. Erhalte Tipps für Deine Kurse, und bewerte oftmals verrufene Übungen neu. Nutze fundamentale Bewegungsformen zum Training, und genieße die Natürlichkeit der körperlichen Bewegung. Kurz gesagt: „Use it or loose it!“

Nr.	Termin	Ort
892/22	Sa, 17.09.2022	Landesturnschule Melle

Referent: Patrick Jochmann

NTB-Mitglieder: ohne V./Ü.: 89,00 Euro

Sonstige: ohne V./Ü.: 119,00 Euro, Frühbucher-Rabatt: 5,00 Euro



Sonne, Strand und Meer

Männer-Arbeitsfreizeit

Der Herbst ist die traditionelle Zeit, in der auf Baltrum Bauprojekte angegangen werden. Es gibt immer Sachen, die renoviert oder repariert werden müssen, oder neue Ideen, die umgesetzt werden sollen. Bei bester Küche und gemütlichen Abenden am Kamin, wird hier tagsüber etwas Tolles für die Jugendbildungsstätte geschaffen. Jeder bringt sich nach seinen Fähigkeiten ein! Probiert es doch einfach einmal aus.

Nr.	Termin	Ort
151/22	So, 18.09. – Fr, 23.09.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 80,00 Euro

NTB Inselfreizeit 1 „Mit Spiel und Spaß aktiv sein“

Baltrum lädt uns ein, die Tage vielfältig, gemeinsam und gesellig zu verbringen. Morgens fit und aktiv in den Tag mit Frühspport starten, drinnen und draußen spielen, beim Bewegen auch die grauen Zellen im Kopf zum Denken bringen sowie bewusst entspannen lernen. Das alles in geselliger Runde, und die Tage vor dem Kamin fröhlich beenden.

Nr.	Termin	Ort
153/22	Mo, 25.04. – Mo, 02.05.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 246,00 Euro

NTB Inselfreizeit 2 „Baltrum erleben“

Baltrum lädt uns ein, die Tage vielfältig, gemeinsam und gesellig zu verbringen. Morgens fit und aktiv in den Tag mit Frühspport starten, drinnen und draußen spielen, beim Bewegen auch die grauen Zellen im Kopf zum Denken bringen sowie bewusst entspannen lernen. Das alles in geselliger Runde, und die Tage vor dem Kamin fröhlich beenden.

Nr.	Termin	Ort
154/22	Di, 03.05. – Di, 10.05.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 246,00 Euro

NTB Inselfreizeit 3 „Mit Spiel und Spaß aktiv sein“

Baltrum lädt uns ein, die Tage vielfältig, gemeinsam und gesellig zu verbringen. Morgens fit und aktiv in den Tag mit Frühspport starten, drinnen und draußen spielen, beim Bewegen auch die grauen Zellen im Kopf zum Denken bringen sowie bewusst entspannen lernen. Das alles in geselliger Runde, und die Tage vor dem Kamin fröhlich beenden.

Nr.	Termin	Ort
155/22	Fr, 30.09. – Do, 06.10.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 219,00 Euro

NTB Inselfreizeit 4 „Nach den Kindern, vor der Rente - Sport und Freizeit für Körper und Seele“

Baltrum ist zu jeder Jahreszeit und besonders für aktive Menschen spannend und schön. Es lohnt sich auf jeden Fall, die Dünen, das Watt, die Salzwiesen und das Camp (immer wieder) neu zu erleben. Die tägliche Bewegungseinheit in der Natur mit Walking, Jogging, Fitness oder Geschicklichkeit und Angebote für Kopf, Geist und Lachmuskeln werden ebenso dabei sein, wie individuelle Freizeit. Und was wäre eine Insel ohne Strand und Meer, das jeder mindestens mit den Füßen oder auch mehr fühlen will.

Nr.	Termin	Ort
156/22	Mo, 17.10. – Sa, 22.10.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 192,00 Euro

NTB Familienfreizeit „Familien stark machen“

Die Freizeit lädt Eltern (natürlich auch Alleinerziehende) mit ihren Kindern in das Zeltlager der Jugendbildungsstätte auf Baltrum ein. Es gibt keine Altersbeschränkung für jung oder alt. Über Pfingsten verbringen alle eine tolle gemeinsame Zeit auf der Insel mit einem abwechslungsreichen Programmangebot, mit Spiel, Spaß, Erholung, Strand, Lagerfeuer und vielem mehr. Dafür sorgen ein nettes Team und eine tolle Zeltplatzanlage.

Nr.	Termin	Ort
171/22	Fr, 03.06.2022 – Di, 07.06.2022	Baltrum

Pers. ab 15 Jahre: 143,00 Euro, Kinder 6–14 Jahre: 97,00 Euro, Kinder 4–5 Jahre: 75,00 Euro, Kinder 0–3 Jahre: 22,00 Euro

SommerGeneration

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

Nr.	Termin	Ort
417/22	So, 14.08. – Sa, 20.08.2022	Baltrum

Pers. ab 15 Jahre: 140,00 Euro, Kinder 6–14 Jahre: 95,00 Euro, Kinder 4–5 Jahre: 75,00 Euro, Kinder 0–3 Jahre: 22,00 Euro

Sommertage für Übungsleitende

Baltrum zum Kennenlernen. Alle Gruppen- und Übungsleitenden sind eingeladen – gerne auch mit ihren Familien – die NTB Jugendbildungsstätte kennenzulernen.

Nr.	Termin	Ort
476/22	Fr, 01.07. – So, 03.07.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro



10. bis 12. Juni 2022 in Osnabrück
Anmeldeschluss: 05. Mai 2022
 Infos und Anmeldung: www.NTB-Kongress.de



Deine Anmeldung im BildungsPortal bildung.NTBwelt.de

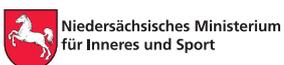
#SPORT
VEREINT
UNS

TEAM
SPIRIT
GENIEßERIN

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

WIR
WOLLEN
DICH!

Gefördert von



Initiator





NTJ 
NIEDERSÄCHSISCHE TURNERJUGEND



Bereiche

Ausbildungen	S. 100
Kinderturnen	S. 102
Abenteuersport	S. 107
Freizeiten	S. 108
100% Tuju	S. 112



Trainer C Freizeit- und Breitensport – Parkour

1. Lizenzstufe/90 LE

In der Ausbildung wirst Du die Philosophie von Le Parkour hautnah erleben. Die notwendigen Kenntnisse, Erfahrungen und Kompetenzen zur Leitung von Parkour-Gruppen werden gemeinschaftlich erarbeitet und in der Praxis erprobt. Thematisiert werden die Grundlagen von Parkour, Fundamentals und Advanced Skills. Der Übergang zu anderen kreativen Bewegungsformen, wie Freerunning und Tricking, ist fließend. Daher werden wir diese Themen nicht ausklammern. Die Praxiseinheiten werden durch überfachliche Inhalte ergänzt, die für die Planung und Umsetzung von Parkour-Angeboten im Turnverein unerlässlich sind. Mit der Lizenz kann das Zertifikat Parkour Advanced Coach erworben werden. Wenn Du nach einer Ausbildung für Parkour gesucht hast – jetzt hast Du sie gefunden.

Nr.: 044/22
Termine: Mo, 04.04. – Fr, 08.04.2022
Fr, 20.05. – So, 22.05.2022
Ort: Verden (Aller)
Kosten: 240,00 Euro

Bildungsurlaub möglich

ÜL C Freizeit- und Breitensport Jugendturnen „Trends und Bewegungskünste“

1. Lizenzstufe/90 LE

Hier bekommt Ihr Turnen in den coolen Bewegungsformen/ Bewegungskünsten: Akrobatik, Einrad, Jonglage, Slackline, Vertikaltuch, Jump&Fun, Rope Skipping, Parkour, Holistic Art of Movement, Beach Jumping, Tricking etc.

Was liegt im Trend, was ist momentan zukunftsweisend im Sport? Wir zeigen Euch, wie ein ganzheitliches Fitnessstraining für junge Sportlerinnen und Sportler aussehen kann. Diese Ausbildung ist für eine fitte, kreative Zielgruppe im Verein konzipiert, die neue, frische Inspirationen in den Verein tragen will: von jungen Sportlerinnen und Sportlern für junge Sportlerinnen und Sportler. Findet Euren eigenen Style in den Bewegungen, erfindet Neues, have fun!

Nr.: 027/22
Termine: Mo, 04.04. – Fr, 08.04.2022
Fr, 20.05. – So, 22.05.2022
Ort: Verden (Aller)
Kosten: 240,00 Euro

Bildungsurlaub möglich

ÜL C Freizeit- und Breitensport

Eltern-Kind-/Kleinkinderturnen – 1. Lizenzstufe/90 LE

Kinderturnen – das Fundament des Vereins. Im Eltern-Kind-/Kleinkinderturnen lernen Kinder zuerst mit ihren Eltern, später ohne Begleitung, die Vielfalt des Kinderturnens kennen. Hierbei steht das Sammeln vielseitiger Bewegungserfahrungen mit und ohne Geräte im Vordergrund. Vom kleinen Spiel mit Alltagsmaterialien bis hin zum Kennenlernen von Bewegungslandschaften, vom Fingerspiel zum Bewegungslied werden Grundtätigkeiten/Fertigkeiten erlernt und angewendet.

Nr.: 022/22 **Termine:** Mo, 04.04. – Fr, 08.04.2022 **Ort:** Landesturnschule Melle
Fr, 03.06. – So, 05.06.2022

Kosten: 240,00 Euro

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich

Kinderturnen – 1. Lizenzstufe/90 LE

Kinderturnen – das Fundament des Vereins. Im sogenannten „Motorischen Lernalter“ steht die Aneignung sportlicher Fertigkeiten im Vordergrund. Das Turnen an und mit Geräten wird erlebnisorientiert über Bewegungslandschaften und methodische Reihen vermittelt. Weitere Themen dieser Ausbildung sind:

- Spiele spielen
- Rope Skipping
- Wahrnehmungs- und Koordinationsförderung
- die Abzeichen-Welt der Deutschen Turnerjugend
- alternative Wettkampfformen und
- pädagogische Grundlagen

Nr.: 025/22 **Termine:** Mo, 08.08. – Fr, 12.08.2022 **Ort:** Landesturnschule Melle
Fr, 28.10. – So, 30.10.2022

026/22 Fr, 26.08. – So, 28.08.2022 Hildesheim
Fr, 09.09. – So, 11.09.2022
Fr, 23.09. – So, 25.09.2022
Fr, 07.10. – So, 09.10.2022

Kosten: 240,00 Euro

Bildungsurlaub für die Wochenmaßnahme möglich

#SPORT
VEREINT
UNS



DTB-Kursleiter/in Babys in Bewegung Kompaktkurs

Babys erobern über Bewegung und Sinneswahrnehmungen die Welt. Sie sind von Anfang an aktiv, interessiert und lernfähig. Die Babys in den einzelnen Entwicklungsphasen zu begleiten und sie so zu unterstützen, ist das Ziel des Kurses „Babys in Bewegung – mit allen Sinnen“. Entwickelt von Cornelia Lohmann (Entspannungspädagogin, Familienbegleiterin, PEKiP Gruppenleiterin). Die Weiterbildung gliedert sich in zwei Module: Modul 1: Das Baby von drei bis sechs Monaten; Modul 2: Das Baby von sechs bis zwölf Monaten.

Das Baby von drei bis sechs Monaten

Inhalte

- Bausteine der kindlichen Entwicklung
- Bewegung- und Körpererfahrung mit allen Sinnen
- Babymassage
- Spielerische Bewegungen für Eltern und Kinder
- Lieder und Fingerspiele für das erste Lebensjahr
- Handling (Tragen und Sitzen)
- Planung von Gruppenstunden und Elternabenden
- Vorstellen von Arbeitsmaterialien und ihren Einsatzmöglichkeiten
- Netzwerkbildung

Nr.: 732/22 **Termine:** Fr, 01.07.2022 **Ort:** Online
Mo, 04.07. - Mi, 06.07.2022 **Landesturnschule Melle**

Referentin: Manuela Weschenfelder

NTB-Mitglieder mit Ü/V: 515,- Euro NTB-Mitglieder: 340,- Euro
Sonstige mit Ü/V: 595,- Euro Sonstige: 420,- Euro
Frühbucher: 20,- Euro Frühbucher: 20,- Euro

Kinder: Einfach mal entspannen 8 LE

Viele Symptome, wie Kopf- und Magenschmerzen, Angstzustände, Wutausbrüche und andere, beeinträchtigen die Kinder in ihrem Alltag. In der Kita, Schule und zuhause ist dies oft spürbar. Es werden Entspannungstechniken in Theorie und Praxis vorgestellt. Es wird auf die Bedeutung und Wirkungen im Kinderturnen eingegangen.

Nr.: 894/22
Termin: Sa, 23.04.2022
Ort: Verden (Aller)
Referentin: Carmen Frisch
Kosten: NTB-Mitglieder ohne Ü/V: 78,- Euro
Sonstige ohne Ü/V: 98,- Euro

Kleine kommen ganz groß raus 8 LE

Frühzeitige Förderung von Wahrnehmung und Bewegung hilft Kindern im Alter bis drei Jahre, sich gesund zu entwickeln. In Theorie und Praxis wird auf die Entwicklungsphasen eingegangen. Es werden Möglichkeiten auch zur besonderen Entwicklungsförderung erarbeitet.

Nr.: 895/22
Termin: So, 24.04.2022
Ort: Verden (Aller)
Kosten: 78,00 Euro



#SPORT
VEREINT
UNS

Aufbaulehrgang Gesundheitsförderung im Kinderturnen 2. Lizenzstufe/45 LE

„Gesund bin ich, wenn ich nur abends ins Bett muss“. Anliegen dieses Teils der Ausbildung ist die Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit von Kindern und deren individuelle Förderung. Gesundheit wird dabei als physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden verstanden.

Nr.: 070/22
Termin: Di, 19.04. – Sa, 23.04.2022
Ort: Landesturnschule Melle
Kosten: 130,00 Euro

Bildungsurlaub möglich

Aufbaulehrgang Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern 2. Lizenzstufe/20 LE

In diesem Teil der Ausbildung werden Fördermaßnahmen für Kinder mit Entwicklungsauffälligkeiten vermittelt. Schwerpunkte sind die Themen Verhaltensauffälligkeiten, Beobachtung und Elternarbeit. Nach Absolvieren des Abschlusslehrgangs (74/22) berechtigt diese Ausbildung zur Leistungserbringung im Rahmen des Rehabilitationssportes gegenüber Krankenkassen und zur Beantragung des Qualitätssiegels „Pluspunkt Gesundheit.DTB“.

Nr.: 072/22
Termin: Fr, 20.05. – So, 22.05.2022
Ort: Landesturnschule Melle
Kosten: 80,00 Euro

ÜL B Sport in der Prävention Gesundheitsförderung im Kinderturnen Reha-Zertifikat Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern 2. Lizenzstufe/20 LE

Das Ziel ist nah! Dies ist der Abschlusslehrgang mit Vorstellung der Lehraufgaben, Besprechung der Ausarbeitungen der Lehrgänge 70/22 bis 73/22. Mögliche Vereinsangebote können nun sein: Gesundheitsförderung im Kinderturnen, Spiel-Sport-Spaß für Kinder u.a.

Nr.: 074/22
Termin: Fr, 09.09. – So, 11.09.2022
Ort: Landesturnschule Melle
Kosten: 80,00 Euro

Fortbildung Gesundheitsförderung im Kinderturnen/Reha-Sport für Kinder

Noch auf dem aktuellen Stand? Diese Fortbildung dient zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz Gesundheitsförderung im Kinderturnen. Es werden aktuelle und auffrischende Inhalte für die Arbeit im Präventions- und Rehabilitationssport zur Gesundheitsförderung im Kinderturnen vermittelt. Schwerpunkt in diesem Jahr wird das Thema Verhalten sein.

Der Lehrgang findet gemeinsam mit der Fortbildung „Workshop Kinderturnen“ (101/22) statt. Einige Arbeitskreise werden nur für Übungsleitende mit 2. Lizenzstufe angeboten.

Nr.: 271/22
Termine: Fr, 02.12. – So, 04.12.2022
Kosten: 80,00 Euro
Ort: Landesturnschule Melle



Drums Alive® Kids Beats

8 LE

Neue Choreografien, neue Ideen für Spiele und Handclapping Games sowie Rhythmusspiele. Die Fortsetzung von Kids Beats ist da!

Was ist Drums Alive® Kids Beats? Ein Programm von Drums Alive®, zugeschnitten auf Kinder im Alter zwischen sechs und zehn Jahren. Drums Alive® fördert insbesondere bei Kindern die Konzentration, die Merkfähigkeit, die Körperkoordination, und es hilft, Stress und Aggressionen abzubauen. Es stärkt das Selbstwertgefühl, die sozialen Kompetenzen und die Entwicklung und Förderung von Sinneswahrnehmungen. Hier geht es darum, den Kindern Drums Alive® kindgerecht nahezubringen. Rhythmusspiele sind ebenso Inhalte wie Musikerziehung und Kreativität.

Nr.: 876/22
Termin: Sa, 22.10.2022
Ort: Landesturnschule Melle
Referentinnen: Sharon und Frauke Jackson
Kosten: NTB-Mitglieder ohne Ü/V: 89,- Euro
Sonstige ohne Ü/V: 119,- Euro
Frühbucher: 5,- Euro

Tanzen mit Kindern – Kindertanz

Von vorgegebenen Choreografien zu unterschiedlichen Musiken bis zum kreativen Kindertanz. Von Grundlagen spezieller Tanzstile bis hin zu Choreografiemethoden für das Arbeiten mit Kindern in Tanz- und Turngruppen. Ein abwechslungsreiches Programm mit viel Tanz, neuen Ideen und Möglichkeiten der Umsetzung in Kinder- und Jugendgruppen.

Nr.: 104/22
Termin: Mo, 23.05. – Mi, 25.05.2022
Ort: Landesturnschule Melle
Kosten: 80,00 Euro

Bildungsurlaub möglich

Kinderturn-Club: Clubleitung-Schulung

Wir schulen unsere Kinderturnclubs in spannenden Fachbereichen und bieten jede Menge Anregung. Die Teilnahme erfolgt online (3LE), damit man von überall aus Niedersachsen teilnehmen kann.

Nr.: 425/22
Termin: Mi, 09.03.2022
Ort: online
Kosten: Kostenfrei für Clubleiterinnen und Clubleiter
Weitere Personen aus den Vereinen zahlen 10,00 Euro



Workshop Kinderturnen

Jedes Jahr im Advent bieten wir Workshops zu Trends, Traditionen und Neuigkeiten für die Zielgruppe Kinder zwischen sechs und zwölf Jahren an. Folgende Bereiche dürfen dabei nicht fehlen:

- Turnen an und mit Geräten
- Spiele spielen
- motorische Grundlagenförderung
- Praktisch für die Praxis

Dieser Lehrgang findet gemeinsam mit der Fortbildung Gesundheitsförderung im Kinderturnen statt. Einige Workshops werden nur für Übungsleitende der 2. Lizenzstufe angeboten.

Nr.: 101/22
Termin: Fr, 02.12. – So, 04.12.2022
Ort: Landesturnschule Melle
Kosten: 80,00 Euro

Lehrtagung Kinderturnen

Bist Du auf der Suche nach Ideen und Anregungen, mit denen Du das Kinderturnen für Deine Kleinen noch attraktiver gestalten kannst? Möchtest Du viele unterschiedliche Themen im Kinderturnen in einer Fortbildung kennen lernen oder auffrischen? Dann komm zu einer Lehrtagung Kinderturnen. Bei dieser Fortbildung werden zwischen 09:00 und 17:00 Uhr in vier Workshopblöcken verschiedene aktuelle und klassische Themen im Kinderturnen thematisiert. Der erste Workshop findet nach einer kurzen Begrüßung für alle gemeinsam statt. Bei den anderen drei Workshops kannst Du zwischen Themen, wie Eltern-Kind-Turnen, Vorschul- und Grundschulalter, auswählen.

Nr.:	Termine:	Ort:
421/22	Ende Sommer 2022	Oldenburg-Land
422/22	Herbst 2022	Hameln
423/22	Herbst 2022	Harpstedt
424/22	Herbst 2022	Turnbezirk Lüneburg
Kosten:	ab 35,00 Euro	



NIEDERSÄCHSISCHE
KINDERTURN
STIFTUNG 

Bewegte
Kinder-
welten

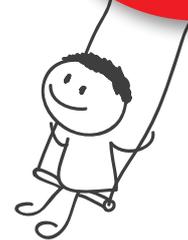
Gemeinsam Kinder für Bewegung begeistern!

Wir fördern Projekte von engagierten Vereinen und setzen selbst Initiativen zur nachhaltigen Förderung von Bewegung im Kindesalter um.

Für Vereine

Als Übungsleiter*in suchst Du finanzielle Unterstützung für Dein Vereinsprojekt?
Dann kontaktiere uns jetzt:

Persönliche Antragsberatung:
Tel.: (0511) 980 97 - 55
E-Mail:
info@Kinderturnstiftung-Nds.de



www.Kinderturnstiftung-Nds.de

VereinsSportAssistenz-Ausbildung

Du bist in Deinem Verein aktiv und hast Interesse daran, mehr Verantwortung zu übernehmen? Du bist aber noch zu jung, um eine JuLeiCa- oder Lizenz-Ausbildung zu machen? Dann bist Du hier genau richtig! Die VereinsSportAssistenz-Ausbildung richtet sich an 13- bis 15-jährige Jugendliche, die sich in ihrem Verein engagieren wollen. Ziel ist es, Unterstützung für Übungsleitende zu gewinnen und Jugendliche an die Arbeit in Vereinsgruppen heranzuführen.

Interesse, die VereinsSportAssistenz-Ausbildung in Deine Nähe zu holen? Dann schreibe uns eine E-Mail an: lehrarbeit@ntj.de

Nr.:	445a/22	445b/22
Termin:	Fr, 01.04. – Mo, 04.04.2022	Do, 26.05. – So, 29.05.2022
Ort:	Emden	Neustadt am Rügenberge
Kosten:	40,00 Euro	40,00 Euro

SchulSportAssistenz-Ausbildung

Du willst Deine sportlichen Interessen in der Schule umsetzen? Wir statten Dich mit dem notwendigen Werkzeug aus, um in der Schule etwas zu bewegen.

Nr.:	431/22
Termin:	Do, 23.06. – So, 26.06.2022
Ort:	Landesturnschule Melle
Kosten:	50,00 Euro

Kletterlehrgang: Klettern und Sichern für Anfänger

Lerne das faszinierende Klettern im Toprope und die wichtigen Grundkenntnisse dazu mit uns vom Arbeitskreis für Abenteuersport kennen! Melde Dich an und schnuppere Höhenluft!

Nr.:	452/22
Termin:	Fr, 10.06. – So, 12.06.2022
Ort:	Braunschweig
Kosten:	40,00 Euro

Kletterlehrgang: Klettern im Ith

An diesen zwei Tagen soll die Freiheit auf den Gipfeln der Natursteinfelsen des Iths, die Sonne, die Geselligkeit in der Gruppe, der Spaß am Klettern und die Lagerfeuer-Atmosphäre beim Campen genossen werden. Der Abenteuersport lädt Euch herzlich ein! (Voraussetzung ist mind. ein „Toprope- oder Vorstiegsschein“)

Nr.:	451/22
Termin:	Sa, 10.09. – So, 11.09.2022
Ort:	Ith
Kosten:	40,00 Euro



Abenteuer: Geocaching

Technik, die begeistert! Eine GPS-Funktion hat mittlerweile jedes Smartphone. Dass man damit nicht nur seinen Standort und Routen berechnen lassen kann, sondern auch versteckte, wahre Schätze im Alltag entdeckt, wird hier vermittelt!

Nr.: 458/22
Termin: Fr, 07.10. – So, 09.10.2022
Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten: 40,00 Euro

AbenteuERPädagogik

„Teamwork makes the dreams work“. Im Team zu arbeiten, erleichtert das Leben, muss allerdings auch gelernt werden. Hole Dir hier geniale Ideen für Dein Team.

Nr.: 453/22
Termin: Termin und Ort werden schnellstmöglich im BildungsPortal bekannt gegeben.
Kosten: 40,00 Euro

Abenteuer: Klettern im mobilen Klettergarten

Du willst mal hoch hinaus und weißt aber noch nicht wie? Dann komm vorbei!

Du lernst bei uns korrekte Kletteraufbauten einzurichten und natürlich alles Wichtige rund ums Sichern. Gelernt wird bei uns im Tun! Wenn Du Lust auf Kletterspaß und Erlebnispädagogik in der Höhe hast, melde Dich an.

Nr.: 459/22
Termin: Termin und Ort werden schnellstmöglich im BildungsPortal bekannt gegeben.
Kosten: 40,00 Euro

Kletterlehrgang: Felsenstürmer

Im Toprope klettern kannst du schon! Wir bieten Dir beim Kletterlehrgang „Felsenstürmer“ die Chance, die Fertigkeiten des Kletterns im Vorstieg zu erlernen und einen Kletterschein zu erlangen.

Nr.: 454/22
Termin: Fr, 10.06. – So, 12.06.2022
Ort: Braunschweig
Kosten: 40,00 Euro

#SPORT
VEREINT
UNS



SommerCamp (SoCa)

Für Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren

Vereinsgruppen mit Kindern im Alter von acht bis zwölf Jahren aufgepasst: Ob mit oder ohne Vereinsgruppe: Hier gibt es das perfekte Ferienzeltlager für Einzelteilnehmer oder kleine und große Vereinsgruppen, die eine tolle gemeinsame Zeit erleben wollen. Das ist dabei:

- Vielfältige Spiele und Aktionen
- Buddeln am Strand
- Baden im Meer
- Spaß mit neuen und alten Freunden
- Lagerfeuer
- Nachtwanderung
- Wattwanderung

Wenn Du Dich in einer Gruppe mit vier oder mehr Kindern anmeldest, übernimmt die NTJ für eine Begleitperson den Teilnahmebeitrag. Dafür ist die Teilnahme an der kostenfreien Vor- und Nachbereitung des NTJ-Teams verpflichtend.

Nr.: 411/22
Termin: Sa, 06.08. – Sa, 13.08.2022
Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten: 200,00 Euro

SommerFreizeit (SoFrei)

Für Jugendliche von 13 bis 15 Jahren

Für Jugendliche zwischen 13 und 15 Jahren, die Spaß daran haben, ihre Ferien im Zeltlager zu verbringen. Das vielfältige Programm mit unterschiedlichen Aktionen und Baden in der Nordsee kann von den Teilnehmenden selbst mitgestaltet werden, sodass alle auf ihre Kosten kommen und Spaß haben.

Das ist dabei:

- Action, Spiele und Entspannung am Strand
- Baden in der Nordsee
- Zelten mit neuen und alten Freunden
- Lagerfeuer
- Nachtwanderung
- Wattwanderung
- Ganz viel Spaß

Nr.: 416/22
Termin: Do, 14.07. – Fr, 22.07.2022
Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten: 210,00 Euro



SommerLehrgänge auf Baltrum Für Jugendliche ab 16 Jahre (ab Jahrgang 2006)

JuLeiCa

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. Dabei sind:

- Theoretische Basics
- Ganz viel Praxis
- Spannende Workshops und ein abwechslungsreiches Programm
- Action, Spiele, Sport und Entspannung am Strand

Der zweite Teil der Ausbildung findet beim großen Turnerjugend-Treffen in den Herbstferien statt und ist im Preis inbegriffen!

Termine: So, 24.07. – Do, 04.08.2022
Mi, 19.10. – So, 23.10.2022

Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
N.N.

Nr.: 413/22
Kosten: 195,00 Euro

Werkstatt

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.

- Gestaltung eigener Projekte
- Handwerkliche Herausforderungen und Kreativität
- Durchführung gemeinschaftlicher Aktionen
- Spannende Workshops und ein abwechslungsreiches Programm
- Action, Spiele, Sport und Entspannung am Strand

Nr.: 414/22
Termin: So, 24.07. – Do, 04.08.2022
Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten: 180,00 Euro

Sport

Für alle, die die JuLeiCa bereits besitzen und auf der Suche nach Spaß und Fortbildung in Einem sind. Beim Sportlehrgang werden neue und vielfältige (Fun) Sportarten ausprobiert, ergänzt durch grundlegende sporttheoretische Inhalte. Das ist dabei:

- Neue und vielfältige (Fun)Sportarten
- Sporttheoretische Grundlagen
- Nützliche Tipps für Dich und Deine Vereinsgruppe
- Spannende Workshops und ein abwechslungsreiches Programm
- Action, Spiele, Sport und Entspannung am Strand

Nr.: 418/22
Termin: So, 24.07. – Do, 04.08.2022
Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten: 180,00 Euro



Das haut Dich von den Socken!

**6,-
EURO**

- atmungsaktiv
- hochwertiger Logo-Stick

www.NTB-Shop.de

SommerGeneration

Für alle von 0 bis 99 Jahren

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

Das erwartet Dich:

- Action
- Spiele und Entspannung am Strand
- Baden in der Nordsee
- Lagerfeuer
- Basteln und entdecken
- Wattwanderung
- Kreative Freizeitgestaltung
- Ganz viel Spaß

Nr.: 417/22

Termin: So, 14.08. – Sa, 20.08.2022

Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum

Kosten: Preisstaffelung nach Alter:
22,00 Euro bis 140,00 Euro

Teamer-Vorbereitung für die NTJ-Sommerfreizeiten

Termin: Fr, 18.03. – Sa, 19.03.2022

Ort: Bremen

Vorbereitung aller NTJ-Sommerfreizeiten

Termin: Mi, 25.05. – So, 29.05.2022

Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum

Nachbereitung aller NTJ-Sommerfreizeiten

Termin: Fr, 02.09. – So, 04.09.2022

Ort: Bremen

Tuju-Wirtschaftslehrgang

Du bist heiß wie Frittentfett, hast eine Woge der Begeisterung für ehrenamtliches Engagement auf Baltrum und in der NTJ? Dann freu' Dich wie Bolle auf den Tuju-Lehrgang!

Beim Tuju-Wirtschaftslehrgang bieten wir allen Interessierten die Möglichkeit, das Ehrenamt in der NTJ genauer kennenzulernen und insbesondere das Wissen rund um Lehrgangsleitung, Küche und Küchenleitung, Bademeistern sowie NTJ spezifische Abrechnungsabläufe aufzusaugen.

Nr.: 479a/22

Termine: Fr, 24.06. – So, 26.06.2022

479b/22

Fr, 11.11. – So, 13.11.2022

Kosten: 35,00 Euro

Ort: Jugendbildungsstätte Baltrum

Jugendbildungsstätte Baltrum

Jugendbildungsstätte Baltrum



Sommertage für Übungsleiter

Baltrum zum Kennenlernen. Alle Gruppen- und Übungsleitenden sind eingeladen – gerne auch mit ihren Familien – die NTB Jugendbildungsstätte kennenzulernen.

Nr.: 476/22
Termin: Fr, 01.07. – So, 03.07.2022
Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten: 40,00 Euro

Tuju-Sporttage

Mit der Tuju neue Sportarten und Bewegungsformen entdecken. Unsere Sporttage auf Baltrum ermöglichen Dir einen Einblick in die Vielfalt der Turnsportarten und aktuellen Trends des Freizeitsports. Meer, Strand und Sportplatz bieten unendliche Möglichkeiten für gemeinsame Action. Nimm' frische Ideen und Anregungen mit in Deine Vereinsgruppe!

Nr.: 477/22
Termin: Fr, 24.06. – So, 26.06.2022
Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten: 40,00 Euro



NTJ-Winterfreizeit Für Jugendliche von 14 bis 17 Jahren

Verbringe ein paar aufregende und gemütliche Januartage in der Jugendbildungsstätte auf Baltrum. Dich erwarten spielerische und kreative Angebote, aber auch genügend Freiräume, um die Freizeit zu einem unvergesslichen Winterspaß machen.

Nr.: 410/22
Termin: So, 02.01. – Fr, 07.01.2022
Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten: 65,00 Euro

Winterlehrgang „Bob“ Für Jugendliche ab 16 Jahren

Du hast bereits eine JuLeiCa oder bist kurz davor, Dich zum Jugendleiter auszubilden? Auf die Plätze, fertig, los! Komm' an Bord, und genieß' den frischen Schwung der kreativen Freizeitgestaltung im Winterlehrgang.

Nr.: 409/22
Termin: Fr, 28.01. – Di, 01.02.2022
Ort: NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten: 55,00 Euro

TujuTreff

Tuju Feeling pur!

Der TujuTreff ist das Treffen für alle Jugendlichen in den NTB-Mitgliedsvereinen. Hier kannst Du erleben, was es heißt Tuju zu sein! Vielleicht hast Du schon an NTJ Angeboten teilgenommen und freust Dich auf ein Wiedersehen mit den anderen Tujus, oder Du bist ein Neuling und willst die Tuju kennen lernen. In jedem Fall bist Du beim TujuTreff richtig.

Nr.: 402-5/22 (5 Tage) und 402-3/22 (3 Tage)
Termin: Mi, 19.10. – So, 23.10.2022
Ort: N.N.
Kosten: 80,00 Euro (5 Tage von Mi, 19.10. – So, 23.10.2022)
54,00 Euro (3 Tage von Fr, 21.10. – So, 23.10.2022)

Pokalwettkampf TGM/TGW/SGW

Auch in diesem Jahr findet der Pokalwettkampf während des TujuTreffs statt. Ihr könnt als Teilnehmende des TujuTreffs und auch nur für den Wettkampf anreisen. Hier wird es auch wieder den FUN TGW Wettkampf für alle Gruppen geben, die sich erst auf dem TujuTreff entscheiden, an dem Wettkampf teilzunehmen. Es ist eine gute Gelegenheit, diesen Wettkampf auszuprobieren und kennenzulernen.

Nr.: 474/22
Termin: Sa, 22.10.2022
Ort: N.N.
Kosten: Pokalwettkampf: 25,00 Euro
FUN-TGW: 10,00 Euro

**Dein Engagement
soll nicht unentdeckt
bleiben –
bringe Dein Angebot
ganz nach vorne!**

Werde



**Online-Marketing-
Experte**



weitere Infos:

**www.NTBwelt.de/OME
oder hier auf Seiten 22 und 30!**

Jetzt anmelden!



#SPORT VEREINT UNS



TurnCamp Für Kinder und Jugendliche von 7 bis 18 Jahren

DAS Trainingslager für Turnerinnen und Turner aus den Vereinen! Trainerinnen und Trainer trainieren gemeinsam mit ihren Aktiven an ihren „Elementen“ und werden von Coaches begleitet. Einteilung und Trainingsschwerpunkte werden vor Ort gemeinsam erarbeitet. Darüber hinaus ist mit Extra-Angeboten Spaß für alle gesichert!

Nr.: 107/22
Termin: So, 18.07. – Mi, 21.07.2022
Ort: Clausthal-Zellerfeld
Kosten: 105,00 Euro

Turnwerkstatt und Trainingslager

Was gibt es Innovatives im Gerätturnen und den Bewegungskünsten? Ob einsteigende oder fortgeschrittene Turnerinnen und Turner mit ihren Trainerinnen und Trainern, für alle gibt es bei dieser Fortbildung etwas! Hier wird der „Coach“ gecoach. Neues ist auch im Turnen angekommen – aber wie geht das? Und Altes: Welche Muskeln muss ich bei den typischen Aktionen und Positionen im Turnen kräftigen/dehnen? Wie funktionieren die Schlüsselemente im Gerätturnen? Wie macht man eine gute Fehleranalyse? Was ist eine gute Trainerin und ein guter Trainer? Hier werden Antworten gegeben und alte und neue Turn-Themen behandelt. Jede Trainerin und jeder Trainer darf mindestens zwei Turnerinnen oder Turner mitbringen! Ein Trainingslager für alle an Deiner LandesTURNschule!

Nr.: 106/22
Termin: Fr, 08.07. – So, 10.07.2022
Ort: Landesturnschule Melle
Kosten: 50,00 Euro

TrampolinTreff: Trainer und Aktive

Der Lehrgang für junge Trampolinturnerinnen und Trampolinturner! Gemeinsam werden individuelle Schwierigkeiten bei Sprüngen geknackt – ein Gewinn für Trainerinnen, Trainer und Aktive.

Nr.: 461/22
Termin: Fr, 04.03. – So, 06.03.2022
Ort: Landesturnschule Melle
Kosten: 35,00 Euro

Dance2u®

Tanzen, Tanzen, Tanzen, Freunde treffen, Tanzen, Tanzen, Tanzen und Feiern: Das ist das Dance2u®! Sei bei unserem großen Tanz-Contest dabei. Mit welchem Tanzstil Du auftrittst, ist Nebensache. Was zählt, ist Deine Begeisterung, mit der Du das Publikum in Deinen Bann ziehst.

Nr.: 401/22
Termin: Fr, 04.03. – So, 06.03.2022
Ort: Neustadt am Rbge.
Kosten: siehe Ausschreibung

NTJ-Tanzlehrgang NewStyle (Streetdance)

Streetdance ist absolut angesagt! In diesem Lehrgang lernst Du Grundlagen des Newstyle kennen, um später Ideen für eigene Choreografien zu entwickeln.

Nr.: 465/22
Termin: Fr, 04.02. – So, 06.02.2022
Ort: Landesturnschule Melle
Kosten: 35,00 Euro



Landesmeisterschaften TGM/TGW/SGW

Unsere diesjährigen Landesmeisterschaften finden vom 08. bis 10. Juli statt, Ausrichter ist der TSV Kolenfeld. Willkommen sind alle „alten“ TGM/TGW/SGW-Gruppen aber auch Neueinsteiger, die diese tolle Sportart ausprobieren wollen.

Weitere Infos sowie die Wettkampfausschreibung: www.ntj.de/tgm

Nr.: 403/22
Termin: N.N.
Ort: N.N.
Kosten: 40,00 Euro

NTJ-Tanzlehrgang Streetculture

Streetdance ist absolut angesagt! In diesem Lehrgang lernst Du Grundlagen des Newstyle kennen, um später Ideen für eigene Choreografien zu entwickeln.

Nr.: 466/22
Termin: Fr. 18.11. – So. 20.11.2022
Ort: Buchholz in der Nordheide
Kosten: 35,00 Euro



NTJ-EinradTreff ü12

Getreu dem Motto #turnenistmehr lädt die NTJ Bewegungskünstlerinnen und Bewegungskünstler auf einem Rad traditionell zu einem großen Workshopwochenende ein.

Der März-Termin richtet sich an Fortgeschrittene.

Nr.:	Termine:	Ort:
475a/22	Fr, 18.03. – So, 20.03.2022	Landesturnschule Melle
475b/22	Fr, 01.07. – So, 03.07.2022	Landesturnschule Melle
Kosten:	35,00 Euro	

Klecks der Siebdrucklehrgang

Drucke Deine eigenen Motive auf T Shirts, Taschen und andere Gegenstände. Damit werden Deine Sachen so individuell wie Du. Oder Du nutzt diese Technik zum Upcycling oder zum Branding mit Deinem Vereinsmotiv. Den Möglichkeiten sind kaum Grenzen gesetzt.

Nr.:	481/22
Termin:	Fr, 11.02. – So, 13.02.2022
Ort:	Sande
Kosten:	35,00 Euro

Baltrumer Spieltage

Spiele, Spiele, Spiele... Ein Wochenende wollen wir gemeinsam Spiele kennen lernen, ausprobieren, verändern und so neue Ideen mit nach Hause nehmen!

Nr.:	Termine:	Ort:
473a/22	Fr, 18.03. – So, 20.03.2022	NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
473b/22	Fr, 04.11. – So, 06.11.2022	NTB-Jugendbildungsstätte Baltrum
Kosten:	40,00 Euro	

Vereinservice – für Dich und Deinen Verein!

Unterstützung & Beratung

Wir helfen Dir und Deinem Verein, wenn es um Eure Vereinsentwicklung geht. Hierfür entwickeln wir Handreichungen, Arbeitshilfen, digitale Plattformen, Veranstaltungen, Kampagnen zur Mitgliedergewinnung und vieles mehr, das Euch bei Eurem Vereinsalltag unterstützen und helfen soll. Bei unseren individuellen Beratungen vor Ort, telefonisch oder online entwickeln wir gemeinsam mit Euch Lösungsansätze, Ideen und Konzepte für Eure erfolgreiche Vereinszukunft.

www.NTBwelt.de/vereinservice



Dialog.NTB & Treffpunkt.NTB

Mit unseren beiden Veranstaltungsformaten Dialog.NTB und Treffpunkt.NTB wollen wir Dich in Deiner Vereinsarbeit unterstützen. Zu aktuellen Themen erhältst Du Informationen, wir gehen in den Austausch und entwickeln umsetzbare Lösungsansätze. Während der Dialog.NTB ausschließlich online stattfindet, sind wir mit dem Treffpunkt.NTB hauptsächlich vor Ort. Bestimmt auch in Deinem Turnkreis.

www.NTBwelt.de/dialog
www.NTBwelt.de/treffpunkt

Lieblingsverein.de

LIEBLINGS VEREIN.DE

Gestalte mit Lieblingsverein.de ganz einfach hochwertige Werbemittel für Deine Vereinsangebote!

Wie das geht? Nutze die Werbemittel-Vorlagen und passe diese für Dich an. So einfach! Du findest auf Lieblingsverein.de viele Möglichkeiten um Deine individuellen Plakate, Flyer, Social Media Werbemittel und vieles mehr in Deinem Vereins-Design zu gestalten. Dir stehen rechtefreie Fotos kostenlos zur Verfügung, und Du kannst sogar eigene Bilder einfügen.

Und natürlich findest Du auf Lieblingsverein.de auch die emotionalen Motive der Vereinskampagne #sportVEREINTuns.

www.lieblingsverein.de



www.NTBwelt.de/vereinservice



service@NTBwelt.de

NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND



Foto: Katrin K. Hoffmann



Turnsportarten

Breitensport S. 118

Leistungssport S. 121

Turnspiele S. 125



BREITENSPORT

Ausbildungen

Trainer C Freizeit- und Breitensport – Gerätturnen (1. Lizenzstufe/90 LE)

Die Trainer C-Ausbildung im Gerätturnen soll die Trainerinnen und Trainer durch eine vielseitige Vermittlung der „Methodik und Technik der Basiselemente im Turnen“ befähigen, u. a. den Einstieg in den Wettkampfbereich zu vollziehen. Es werden jedoch keine P-Übungen erarbeitet! Turnbegeisterte Interessierte sollten mindestens eine zweijährige Erfahrung im Gerätturnen vorweisen und älter als 16 Jahre sein! Turnerinnen und Turner erfahren hier die „Kinderstube“ aller Bewegungen im Sport und erleben ihre zukunftsweisende Vielfalt! Durch universelle Bewegungserfahrungen an den Turngeräten der Frauen und Männer soll hier das Turnen besonders durch die Schulung der Leistungsvoraussetzungen wieder „up to date“ in unsere bewegungsarme Umwelt Einzug halten. Sport tut Kindern gut - Turnen kann dies am Vielfältigsten und mit Spaß an alten und neuen Bewegungsformen!

Nr.	Termin	Ort
040/22	Mo, 04.04. – Fr, 08.04.2022	Verden
	Fr, 20.05. – So, 22.05.2022	
041/22	Fr, 12.08. – Di, 16.08.2022	Landesturnschule Melle
	Fr, 07.10. – So, 09.10.2022	
042/22	Fr, 21.10. – Di, 25.10.2022	Landesturnschule Melle
	Fr, 09.12. – So, 11.12.2022	

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 240,00 Euro

Fortbildungen

Online Schulung Turn-Tutorial – Allgemeine/Spezielle Erwärmung

Was muss in einer erfolgreichen Stundengestaltung zu Beginn im Turnen gefordert werden? Hier gibt es Antworten!

Nr.	Termin	Ort
108a/22	Di, 11.01.2022	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: 30,00 Euro

Online Schulung Turn-Tutorial – Krafttraining für Turnende

Wie und Wann mache ich in meiner Übungsstunde Krafttraining im Turnen? Sinnvolle Beispiele hier, bringen Dich und Deine Aktiven weiter.

Nr.	Termin	Ort
108b/22	Di, 08.02.2022	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: 30,00 Euro

Online Schulung Turn-Tutorial – Dehntraining für Turnende

Wie lange und wie häufig? Dehntechniken und ihre Anwendung für Deine Trainingsplanung.

Nr.	Termin	Ort
108c/22	Di, 08.03.2022	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: 30,00 Euro

**LIEBLINGS
VEREIN.DE**

Der professionelle Auftritt
Deines Lieblingsvereins.

Online Schulung Turn-Tutorial – Balkentraining

Balken-Drill anhand von Praxisbeispielen für Elemente auf dem Balken. Hier fängt ein erfolgreiches Balkentraining an!

Nr.	Termin	Ort
108d/22	Di, 11.10.2022	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: 30,00 Euro

Online Schulung Turn-Tutorial – Bodentraining

Soll-Technik für die Grundlagen-Elemente am Boden, wie geht das noch besser? Antworten gibt es.

Nr.	Termin	Ort
108e/22	Di, 08.11.2022	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: 30,00 Euro

Online Schulung Turn-Tutorial – Saltos Grundlagen

Biomechanik verstehen, heißt Techniken verbessern und methodische Grundlagen für den Salto neu denken! Hier gelingt Dir die Rotation!

Nr.	Termin	Ort
108f/22	Di, 13.12.2022	Online-Veranstaltung

NTB-Mitglieder: 30,00 Euro

Turnwerkstatt und Trainingslager

Was gibt es Innovatives im Gerätturnen und den Bewegungskünsten? Ob einsteigende oder fortgeschrittene Turnerinnen und Turner mit ihren Trainerinnen und Trainern, für alle gibt es bei dieser Fortbildung etwas! Hier wird der „Coach“ gecoacht. Neues ist auch im Turnen angekommen – aber wie geht das? Und Altes: Welche Muskeln muss ich bei den typischen Aktionen und Positionen im Turnen kräftigen/dehnen? Wie funktionieren die Schlüsselemente im Gerätturnen? Wie macht man eine gute Fehleranalyse? Was ist eine gute Trainerin und ein guter Trainer? Hier werden Antworten gegeben und alte und neue Turn-Themen behandelt. Jede Trainerin und jeder Trainer darf mindestens zwei Turnerinnen oder Turner mitbringen! Ein Trainingslager für alle an Deiner LandesTURNschule!

Nr.	Termin	Ort
106/22	Fr, 08.07. – So, 10.07.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 50,00 Euro

TurnCAMP

DAS Trainingslager für Turnerinnen und Turner aus den Vereinen! Übungsleitende und Aktive trainieren gemeinsam an ihren „Elementen“ und werden von Coaches begleitet. Einteilung und Trainingsschwerpunkte werden vor Ort gemeinsam erarbeitet. Darüber hinaus ist mit verschiedenen Extra-Angeboten der Spaß für alle gesichert!

Nr.	Termin	Ort
107/22	Mo, 18.07. – Do, 21.07.2022	Clausthal-Zellerfeld

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 105,00 Euro

TGM/TGW/SGW**Landesmeisterschaften TGM / TGW / SGW**

Termin und Ort für unsere Landesmeisterschaften 2022 standen bis zur Drucklegung noch nicht fest. Willkommen sind alle „alten“ TGM/TGW/SGW-Gruppen aber auch Neulinge, die diese tolle Sportart ausprobieren wollen. Weitere Infos sowie die Wettkampfausschreibung: www.ntj.de/tgm

Nr.	Termin	Ort
403/22	Fr, 08.07. – So, 10.07.2022	Wunstorf

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 40,00 Euro

Trampolinturnen

Informationen:

Carsten Röhrbein, Tel.: (0511) 2284575,

E-Mail: C.Roehrbein@t-online.de

TrampolinTreff Trainer und Aktive

DER Lehrgang für junge Trampolinturnerinnen und Trampolinturner! Gemeinsam werden individuelle Schwierigkeiten bei Sprüngen geknackt – ein Gewinn für Trainerinnen, Trainer und Aktive.

Nr.	Termin	Ort
461/22	Fr, 04.03. – So, 06.03.2022	Landesturnschule Melle

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 35,00 Euro

Mehrkämpfe

Informationen:

Landesfachwart Frank Winter

Karl-Rieschel-Str. 55, 31188 Holle

Tel.: (05062) 9658027, E-Mail: Frank.Winter1@gmx.net

Rope Skipping

Informationen:

Uwe Nielsen, Bunsenstr. 64, 21337 Lüneburg, Tel.: (04131) 840519

E-Mail: anja-uwe.nielsen@t-online.de



**Deine Anmeldung im
BildungsPortal
bildung.NTBwelt.de**

Musik

Anmeldungen an Landesfachwartin Rosi Gehrmann
Heideweg 7, 26532 Berumerfehn,
Tel.: (04936) 2438, E-Mail: rosi.gehrmann@ewetel.de

D1, D2 und D3 Prüfungslehrgänge

In der vom Bund Deutscher Musikverbände konzipierten Reihe der D-Lehrgänge sollen Musiker in drei Stufen in ihrem musikalischen Leistungsvermögen gefördert werden. Dazu wird sowohl theoretisches Wissen als auch praktisches Können geschult und gezielt weiterentwickelt. Die Kurse bauen aufeinander auf, sodass das Bestehen des Kurses jeweils die Zugangsvoraussetzung für den nächsten darstellt.

D1

Die erste Stufe der D-Lehrgangreihe beschäftigt sich mit fundamentalen theoretischen Kenntnissen, setzt allerdings auf der praktischen Stufe schon gute Grundkenntnisse auf dem eigenen Instrument voraus. So sind Tonleitern, Rhythmik, Blattspiel und geeignete Vortragsstücke Inhalt der praktischen Prüfung.

D2/D3

Die weiterführenden Kurse D2 und D3 werden jeweils zur gleichen Zeit angeboten. Es kann jedoch nur eine Prüfung pro Lehrgang abgelegt werden, da die Kurse inhaltlich aufeinander aufbauen. Inhalte des D2 und des D3 sind fortgeschrittene Musiktheorie sowie praktische Fertigkeiten auf jeweils höherem Niveau.

Nr.	Termin	Ort
FG1/22	Fr, 28. 01. - Di, 01.02.2022	JH Rotenburg/Wümme

Landesorchester Spielleute: „Auswahlorchester“

Das Landesorchester LOS! ist ein Auswahlorchester bestehend aus Musikerinnen und Musikern aus Vereinen des NTB. Eingeladen werden überdurchschnittlich gute und enthusiastische Musikerinnen und Musiker, die bereit sind, die Entwicklung der Spielleutemusik mitzugestalten.

Nr.	Termin	Ort
FG2/22	Fr, 18.02. - So, 20.02.2022	Landesturnschule Melle

Landesorchester Blasmusik: „Auswahlorchester“

Das Landesorchester Blasmusik ist ein sinfonisches Blasorchester mit überdurchschnittlich begabten Musikerinnen und Musikern aus den Blasorchestern des NTB. Es wird hochwertige internationale Literatur erarbeitet und in Konzerten präsentiert.

Lehrgangsbeginn: 18:00 Uhr

Lehrgangsende: 15:30 Uhr

Nr.	Termin	Ort
FG3/22	Mi, 11.05 - So, 15.05.2022	Landesturnschule Melle
FG7/22	Mi, 23.11 - So, 27. 11 2022	Landesturnschule Melle

Landeslehrgang Spielleute: „Orchesterlehrgang“

Der Lehrgang wird jährlich für in Ces/Fes-Besetzung (traditionellen Spielmannsflöten und Schlagzeug) und C-Besetzung (Böhm Flöten, Piccolos und Schlagzeug) ausgerichtet. Inhalt ist Literatur unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade, die von einer Gastdirigentin oder einem Gastdirigenten vorgestellt bzw. erarbeitet wird. Der Lehrgang ist offen für Musikerinnen und Musiker aus Spielmannszügen und Flötenorchestern des NTB und anderen Musikverbänden. Eingeladen wird nach Instrumentalbesetzung.

Nr.	Termin	Ort
FG4/22	Termin wird noch bekannt gegeben	TMA Altgandersheim

Landesorchester Spielleute: „Auswahlorchester“

Das Landesorchester LOS! ist ein Auswahlorchester bestehend aus Musikerinnen und Musikern aus Vereinen des NTB. Eingeladen werden überdurchschnittlich gute und enthusiastische Musikerinnen und Musiker, die bereit sind, die Entwicklung der Spielleutemusik mitzugestalten.

Nr.	Termin	Ort
FG5/22	Fr, 30. 09. - So, 02.09.2022	Landesturnschule Melle

Landeslehrgang Blasmusik: „Orchesterlehrgang“

In großer Blasorchesterbesetzung wird vielfältige Literatur aller Stilrichtungen und Schwierigkeitsgrade unter Leitung eines jährlich wechselnden namhaften Gastdirigenten bzw. einer Gastdirigentin vorgestellt und ggf. erarbeitet. Der Lehrgang ist offen für Musikerinnen und Musiker aus Blasorchestern des NTB und anderen Musikverbänden. Es wird nach Instrumentalbesetzung eingeladen.

Nr.	Termin	Ort
FG6/22	Do, 27.10. - So, 30.10.2022	TMA Altgandersheim



Deine Anmeldung im
BildungsPortal
bildung.NTBwelt.de

Folge uns auf
Facebook

@niedersaechsischerturnerbund



LEISTUNGSSPORT



Aerobicturnen

Informationen: Stefanie Otto, Weidendamm 24, 31303 Burgdorf,
Tel.: (05085) 971575, E-Mail: die_Ottos@web.de

Gerätturnen

Gerätturnen Männer

Zu den Trainer C-Ausbildungen Gerätturnen im Breitensport
siehe Lg. 40 - 42/21
Informationen: André Bödecker, Tel.: (05751) 919093,
E-Mail: andre.boedecker@de.pwc.com

Gerätturnen Frauen

Informationen: Annett Balzer,
Tel.: (05335) 5898, E-Mail: tur-b-an@live.de

Ausbildung

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

In dieser Ausbildung werden die Trainerinnen und Trainer sehr speziell
im Hinblick auf die besonderen Ansprüche des Spitzensports im Wett-
kampfgebiet (weiblich/männlich) in Niedersachsen ausgebildet. Zu
dieser Ausbildung wird eine gesonderte Einladung benötigt, die nur über
den Fachausschuss Gerätturnen (weiblich, männlich) erfolgen kann.

Informationen zur Ausbildung:
Friederike Langer, Tel.: (05193) 50218 (Fachausschuss Gerät-
turnen Frauen)
Andreas Severit, Tel.: (0 55 62) 91 42 50, E-Mail: Aseverit@aol.com
(Fachausschuss Gerätturnen Männer)

Sportakrobatik

Informationen: Anja Lönnecke, Deichstraße 11, 49393 Lohne,
Tel.: (04442) 8017244, E-Mail: anja.lönnecke@googlemail.com

Orientierungslauf

Informationen: Eike Bruns, Tel.: (05322) 9509999,
E-Mail: lfw@ntb-ol.de



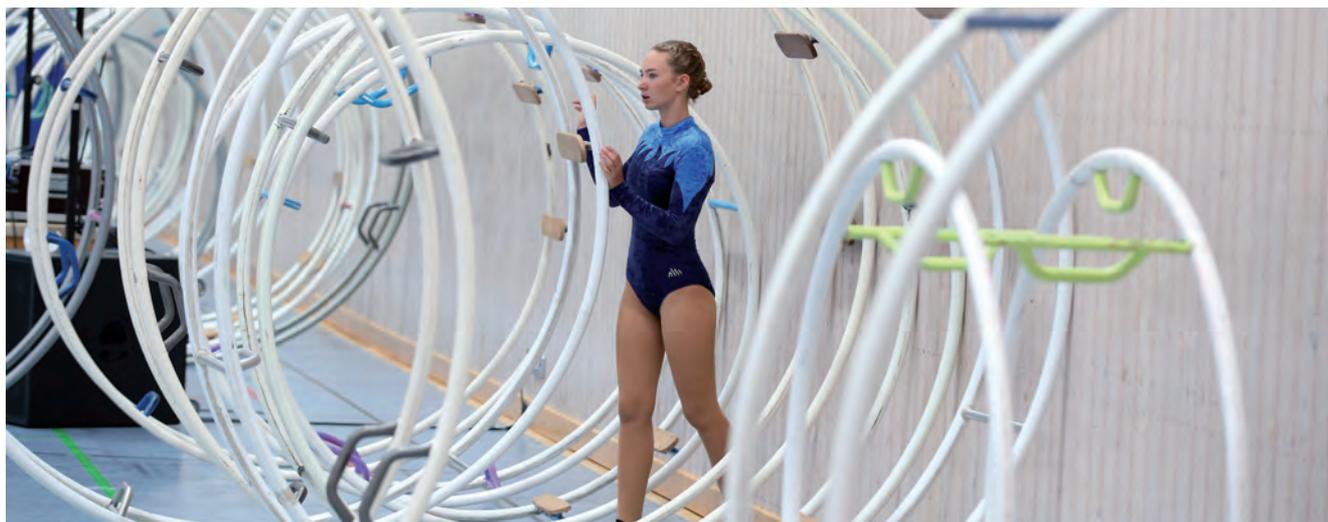
Jugend- und Leistungstraining im Orientierungslauf

In diesem Lehrgang soll gezeigt und gemeinsam ausprobiert werden, wie auch
in einer gemischten Vereinsgruppe ein gezieltes Training von Orientierungslauf-
Fähigkeiten möglich ist, das den Ansprüchen unterschiedlicher Leistungs-
und Altersgruppen gerecht wird.

Nr.	Termin	Ort
FG8/22	Sa, 12.03.2022	Klecken

Rhythmische Sportgymnastik

Informationen: Birgit Beiße
Tel.: (0421) 8355144, E-Mail: Birgit.Beisse@nord-com.net



Rhönradturnen

Anmeldungen an Landesfachwartin Simone Budde,
Fliederstr. 9, 21337 Lüneburg, Tel.: (04131) 83530,
E-Mail: simone.budde@outlook.de

Ausbildung

Landeskampfrichterausbildung im Rhönradturnen (Stufe 2)

Die Ausbildung zur Landeskampfrichterin und zum Landeskampfrichter setzt die Kreiskampfrichterausbildung (Stufe 1) voraus. Sie geht über zwei Wochenenden und schließt mit einer Prüfung ab. Es werden die Inhalte der Stufe 1 in den Disziplinen Gerade, Sprung und Spirale vertieft. Ein Einsatz als Oberkampfrichterin oder Schwierigkeitskampfrichter ist dann möglich.

Nr.	Termin	Ort
FG9/22	Sa, 15.01. - So, 16.01.2022	Oldenburg
FG10/22	Sa, 05.02. - So, 06.02.2022	Fallersleben

Leitung: Mona Kronenberger, Caroline Schulze

Fortbildungen

Trainerinnen-/Trainer- und Kampfrichterrinnen-/Kampfrichterfortbildung

Inhalt dieser Fortbildung ist es, die Trainerinnen und Trainer und Kampfrichterrinnen und Kampfrichter über die aktuellen Neuerungen für das neue Wettkampfsjahr zu informieren.

Nr.	Termin	Ort
FG11/22	So, 23.01.2022	Fallersleben

Leitung: Mona Kronenberger, Simone Budde
NTB-Einladung

D-Kaderlehrgang I im Rhönradturnen

Schulung der D-Kadermitglieder; Erarbeitung neuer B-/C-/D-Teile in Gerade und Spirale sowie Sprungtraining

Nr.	Termin	Ort
FG12/22	Sa, 19.02.2022	Fallersleben

Leitung: Janin Oer, Mona Kronenberger
NTB-Einladung

D-Kaderlehrgang II im Rhönradturnen

Zweiter Lehrgang des D-Kaders und verpflichtend für alle D-Kaderathletinnen und D-Kaderathleten; Erarbeitung neuer C-/D-Teile in Gerade und Spirale sowie Sprungtraining.

Nr.	Termin	Ort
FG13/22	Sa, 23.04.2022	Fallersleben

Leitung: Janin Oer, Mona Kronenberger
NTB-Einladung

D-Kaderlehrgang III im Rhönradturnen

Dritter Lehrgang des D-Kaders und verpflichtend für alle D-Kaderathletinnen und D-Kaderathleten.

Nr.	Termin	Ort
FG14/22	Sa, 14.05.2022	Fallersleben

Leitung: Janin Oer, Mona Kronenberger
NTB-Einladung

D-Kaderlehrgang IV im Rhönradturnen

Vierter Lehrgang des D-Kaders und verpflichtend für alle D-Kaderathletinnen und D-Kaderathleten.

Nr.	Termin	Ort
FG15/22	Sa, 03.09.2022	Fallersleben

Leitung: Janin Oer, Mona Kronenberger
NTB-Einladung

Großer Kader im Rhönradturnen

Kaderlehrgang für ausgewählte Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Regionalkaderlehrgänge und alle D-Kadermitglieder. Hier wird dann auch der neue D-Kader benannt. Genaueres in der Ausschreibung.

Nr.	Termin	Ort
FG16/22	Sa, 05.11. - So, 06.11.2022	Fallersleben

Leitung: Janin Oer, Simone Budde
NTB-Einladung

Regionalkader Bremen

Kaderlehrgang für die Vereine SV Kirchweyhe, TSV Wallhöfen, VSKL Osterholz-Scharmbeck, TV Jahn Walsrode, TSV Hoya, Holtorfer SV und Buxtehuder SV. Es dürfen jeweils die fünf besten Turnerinnen oder Turner gemeldet werden.

Nr.	Termin	Ort
FG17/22	Februar 2022	N.N.
FG18/22	April 2022	N.N.
FG19/22	September 2022	N.N.

Leitung: Kristina Quade
NTB-Einladung

Regionalkader Hannover

Kaderlehrgang für die Vereine ESV Fortuna Celle, VfB Fallersleben, MTV Treubund Lüneburg, TSV Godshorn, SV Ahnsen Meinersen Päse und TSV Stelle. Es dürfen jeweils die fünf besten Turnerinnen oder Turner gemeldet werden.

Nr.	Termin	Ort
FG23/22	So, 13.02.2022	Godshorn
FG24/22	So, 24.04.2022	Lüneburg
FG25/22	So, 18.09.2022	Celle

Leitung: Caroline Rothert-Schnell, Jody Wilsdorf
NTB-Einladung

Regionalkader Emsland

Kaderlehrgang für die Vereine LAV Meppen, MTV Lingen, TV Emden, Osnabrücker SC und SG SW Oldenburg. Es dürfen jeweils die fünf besten Turnerinnen oder Turner gemeldet werden.

Nr.	Termin	Ort
FG20/22	Sa, 19.02.2022	N.N.
FG21/22	Sa, 30.04.2022	N.N.
FG22/22	Sa, 03.09.2022	N.N.

Leitung: Mareike Liebig
NTB-Einladung

Regionalkader Weserbergland

Kaderlehrgang für die Vereine VT Rinteln, MTV Altendorf, ASC Göttingen, TSV Neustadt, TSV Stadthagen, FC Hemmingen-Westerfeld und TuSpo Bad Münder. Es dürfen jeweils die fünf besten Turnerinnen oder Turner gemeldet werden.

Nr.	Termin	Ort
FG26/22	So, 20.02.2022	N.N.
FG27/22	So, 24.04.2022	N.N.
FG28/22	So, 28.08.2022	N.N.

Leitung: Sarah Lüdiger
NTB-Einladung



NTB
KONGRESS
OSNABRÜCK
2022

10. bis 12. Juni 2022 in Osnabrück
ÜL-Lizenz an einem Wochenende verlängern!
Infos und Anmeldung: www.NTB-Kongress.de



Deine Anmeldung im
BildungsPortal
bildung.NTBwelt.de

Fachausschusstagung I + II im Rhönradturnen

Tagung des Fachausschusses im Rhönradturnen einmal ohne und einmal mit den Kreisfachwartinnen und Kreisfachwarten. Details zum Inhalt in der Einladung.

Nr.	Termin	Ort
FG29/22	März 2022	online
FG30/22	November 2022	online

Leitung: Simone Budde
NTB-Einladung

Trainerinnen- und Trainertagung

Diese Tagung findet in Verbindung mit einem Lehrgang statt.

Nr.	Termin	Ort
FG31/22	So, 16.10.2022	Lüneburg

Leitung: Simone Budde
NTB-Einladung

Landesmeisterschaften im Rhönradturnen B12 – B19 und

Nachwuchsklassen

Qualifikationswettkampf für die Bundesklassen B12 – B19 und zu den Norddeutschen Meisterschaften. Dies ist außerdem der erste Qualifikationswettkampf für den Deutschlandcup für die Nachwuchsklassen AK 11/12 und jünger.

Nr.	Termin	Ort
FG32/22	Sa, 05.03.2022	Kirchweyhe

NTB-Einladung

Norddeutscher Pokal- und Vergleichswettkampf im Rhönradturnen

Vergleichswettkampf mit Hamburg, Berlin und Brandenburg in den Landesklassen am Samstag und den Bundesklassen als Mannschaftswettkampf am Sonntag. Dies ist außerdem der zweite Qualifikationswettkampf für den Deutschland-Cup für die AK 13/14 bis AK 25–29+. Details in der Ausschreibung.

Nr.	Termin	Ort
FG33/22	Sa, 24.09. – So, 25.09.2022	voraussichtl. VSK Osterholz-Scharmbeck

NTB-Einladung

Landesbestenwettkämpfe im Rhönradturnen

Dies ist der erste Qualifikationswettkampf der AK 13/14 bis AK 25–29+ und außerdem der zweite Qualifikationswettkampf für den Deutschland-Cup für die Nachwuchsklassen AK 11/12 und jünger; Kürwettkampf für die Bundesklasseturner.

Nr.	Termin	Ort
FG34/22	Sa, 18.06.–19.06.2022	Neustadt am Rübenberge

NTB-Einladung

Talentsichtungswettkampf im Rhönradturnen

Sichtungswettkampf für die Regionalkaderlehrgänge und den D-Kader. Teilnehmen dürfen alle Turnerinnen und Turner der AK 12 und jünger. Details in der Ausschreibung.

Nr.	Termin	Ort
FG35/22	Sa, 09.10.2022	N.N.

NTB-Einladung



#SPORT VEREINT UNS

NTB KONGRESS OSNABRÜCK 2022 10. bis 12. Juni 2022 in Osnabrück
Anmeldeschluss: 05. Mai 2022
Infos und Anmeldung: www.NTB-Kongress.de



Caterina Hillbrecht

Bokumer Str. 5 · 31319 Sehnde

Mobil: (0162) 1088604 · E-Mail: caterina.hillbrecht@outlook.de

TURNSPIELE

Faustball

Informationen und Anmeldung:

Landesfachwart Bernd Schnackenberg

Birkenstr. 12, 21702 Wangersen, Tel.: (04166) 7476

E-Mail: berndschnackenberg@t-online.de

Landeslehrgang weibliche/männliche Jugend U16

Nr.	Termin	Ort
FG36/22	Sa, 04.06. – Mo, 06.06.2022	Wangersen

Landeslehrgang weibliche/männliche Jugend U14

Nr.	Termin	Ort
FG37/22	Fr, 26.08. – Sa, 27.08.2022	Düdenbüttel

Landeslehrgang weibliche/männliche Jugend U18

Nr.	Termin	Ort
FG38/22	Fr, 26.08. – Sa, 27.08.2022	Moslesfehn

Schiedsrichterinnen/Schiedsrichterlehrgang A- und B-Lizenz und Lizenzverlängerung

Nr.	Termin	Ort
FG39/22	Fr, 10.06. – So, 12.06.2022	N.N.

Trainerin/Trainer B- und C-Lizenz und Verlängerungslehrgang

Nr.	Termin	Ort
FG40/22	Fr, 07.01. – So, 09.01.2022	Ahlerstedt
FG41/22	Do, 26.05. – Sa, 28.05.2022	Brettorf
FG42/22	Fr, 14.10. – So, 16.10.2022	Ahlerstedt

Schulfaustball – Bezirksmeisterschaften

Nr.	Termin	Ort
FG43/22	Do, 12.05.2022	Brettorf, Braunschweig, Empelde, Wangersen

Schulfaustball – Landesmeisterschaften

Nr.	Termin	Ort
FG44/22	Di, 14.06.2022	Delmenhorst

Arbeitstagung des LFA und WKR

Nr.	Termin	Ort
FG45/22	Fr, 28.01. – Sa, 29.01.2022	N.N.

Trainerratstagung

Nr.	Termin	Ort
FG46/22	Fr, 22.04.2022	Ahlerstedt

Landesfachtagung

Nr.	Termin	Ort
FG47/22	Sa, 23.04.2022	Ahlerstedt

Landeshauptfachtagung

Nr.	Termin	Ort
FG48/22	Sa, 08.10.2022	Ahlerstedt

Folge uns auf Instagram

@NTB



Korbball-Workshops 2022

Anmeldungen bitte an Sabine Hillbrecht, Borkumer Straße 4, 30880 Laatzen, Tel.: (05102) 1725, E-Mail: shillbrecht@googlemail.com mit der Angabe des gewünschten Workshops.

Die Tage und Workshops können auch einzeln gebucht werden.

Weitere Informationen zu diesen Angeboten findest Du auch im Internet unter www.NTBwelt.de

Sa, 11.06.2022 Jahnsporthalle Verden		
	09:30 Uhr	Anmeldung, Ausfüllen der TN-Liste, Begrüßung
FG49/22 (4 LE)	10:00 - 13:00 Uhr	Trainingsplanung: Gut geplant ist halb gewonnen?
	Mittagspause	
FG50/22 (4 LE)	14:00 - 17:00 Uhr	Mannschaftstaktik Angriff
	Ende	

So, 12.06.2022 Sporthalle Ingeln-Oesselse		
	09:30 Uhr	Anmeldung, Ausfüllen der TN-Liste, Begrüßung
FG51/22 (4 LE)	10:00 - 13:00 Uhr	Der Heber: Der Wurf für (fast) jede Gelegenheit
	Mittagspause	
FG52/22 (4 LE)	14:00 - 17:00 Uhr	Grundausbildung Abwehr: Von A wie Armhaltung bis Z wie Zuspiele abfangen ...
	Ende	

Sa, 10.09.2022 Jahnsporthalle Verden		
	09:30 Uhr	Anmeldung, Ausfüllen der TN-Liste, Begrüßung
FG53/22 (4 LE)	10:00 - 13:00 Uhr	Der Heber: Der Wurf für (fast) jede Gelegenheit
	Mittagspause	
FG54/22 (4 LE)	14:00 - 17:00 Uhr	Grundausbildung Abwehr: Von A wie Armhaltung bis Z wie Zuspiele abfangen ...
	Ende	

Sa, 10.09.2022 Sporthalle Ingeln-Oesselse		
	09:30 Uhr	Anmeldung, Ausfüllen der TN-Liste, Begrüßung
FG55/22 (4 LE)	10:00 - 13:00 Uhr	Trainingsplanung: Gut geplant ist halb gewonnen?
	Mittagspause	
FG56/22 (4 LE)	14:00 - 17:00 Uhr	Mannschaftstaktik Angriff
	Ende	



Freizeitspiele

Informationen: Landesfachwartin Petra Heller, Friedensstr. 62, 31241 Ilsede, Tel.: (05172) 5490, E-Mail: petraheller@gmx.de

Indiaca

Informationen: Landesfachwart Knut Balzer, Auf der Koppel 33 b, 26506 Norden, Tel.+Fax: (04931) 9898812
Aktuelle Termine werden im Internet unter www.NTB-spiele.de veröffentlicht.



Prellball

Anmeldungen an
Axel Nowark
Diestelweg 10, 21689 Harsefeld

Jugend-Leistungslehrgang

Leistungsfördernder Lehrgang für weibliche und männliche Jugend der Altersklassen 15 – 18 und 11 – 14.

Nr.	Termin	Ort
FG57/22	Sa, 12.03. – So, 13.03.2022	ausrichtender Verein gesucht

Leitung: Landesjugendfachwartin/Auswahl-Trainer und Trainerinnen Prellball
NTB-Einladung durch die Landesjugendfachwartin

Jugend-Leistungslehrgang

Leistungsfördernder Lehrgang für weibliche und männliche Jugend der 15 – 18 und 11 – 14.

Nr.	Termin	Ort
FG58/22	Sa, 21.05. – So, 22.05.2022	ausrichtender Verein gesucht

Leitung: Landesjugendfachwartin/Auswahl-Trainer und -Trainerinnen Prellball
NTB-Einladung durch die Landesjugendfachwartin

Gemeinsame Arbeitstagung des LFA und des WKR Prellball

Arbeitstagung des Wettkampfrates (Landesfachausschuss und Staffelleiter der NTB-Ligen) und Landesfachtagung (Landesfachausschuss, Bezirks- und Kreisfachwarte und Staffelleiter der NTB-Ligen).

Nr.	Termin	Ort
FG59/22	Sa, 25.06. – So, 26.06.2022	N.N.

Leitung: Landesfachwart Prellball und Referent für das Wettkampfwesen Prellball
NTB-Einladung durch den Landesfachwart und Referent für das Wettkampfwesen

Jugend-Leistungslehrgang der Altersklasse 11 – 14 und jünger

Zentraler leistungsfördernder Lehrgang für weibliche und männliche Jugend der Altersklassen 11 – 14 und jünger sowie für deren Traineeinnen und Trainer und/oder Betreuerinnen und Betreuer.

Nr.	Termin	Ort
FG60/22	Sa, 10.09.2022	Sottrum

Leitung: Bezirkslehrwart Lüneburg, C-Trainer
NTB-Einladung über die Landesjugendfachwartin an die Prellball-spielenden Vereine in den Turnbezirken

Trainerin/Trainer C-Lizenz-Verlängerung

Verlängerung der C-Trainerin/-Trainer-Lizenz bzw. der Fachübungsleiter Prellball-F-Lizenz.

Voraussetzung: C-Trainerin/-Trainer oder Übungsleiterin/Übungsleiter F-Lizenz Prellball

Nr.	Termin	Ort
FG62/22	Sa, 01.10. – So, 02.10.2022	Hildesheim

Leitung: Landeslehrwart Prellball

Schiedsrichterinnen- und Schiedsrichterlehrgang B-Lizenz und A-Lizenz

Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter A- und B-Prüfungen und Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter A- und B-Verlängerungen, auch Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter C-Prüfungen möglich.

Voraussetzung: Prellball-Schiedsrichter C-Lizenz zur Ausbildung zur B-Schiedsrichterin und zum B-Schiedsrichter; Prellball-Schiedsrichter B-Lizenz zur Fortbildung und/oder Ausbildung zur A-Schiedsrichterin und zum A-Schiedsrichter; Prellball-Schiedsrichter A-Lizenz zur Fortbildung.

Nr.	Termin	Ort
FG61/22	Sa, 01.10. – So, 02.10.2022	Hildesheim

Leitung: Landesschiedsrichterwart Prellball/
Landeslehrwart Prellball

Landesfachausschuss Prellball

Arbeitstagung des Landesfachausschusses Prellball

Nr.	Termin	Ort
FG63/22	Sa, 26.11. – So, 27.11.2022	N.N.

Leitung: Landesfachwart

NTB-Einladung durch den Landesfachwart Prellball

Jugend-Leistungslehrgang der Altersklasse 11 – 14 und 15 – 18

Zentraler leistungsfördernder Lehrgang für weibliche und männliche Jugend der Altersklassen 11 – 14 und 15 – 18 sowie für deren Traineeinnen und Trainer und/oder Betreuerinnen und Betreuer.

Nr.	Termin	Ort
FG64/22	Sa, 03.12. – So, 04.12.2022	Ausrichter gesucht

Leitung: Landesjugendfachwartin / C-Trainer

NTB-Einladung durch die Landesjugendfachwartin

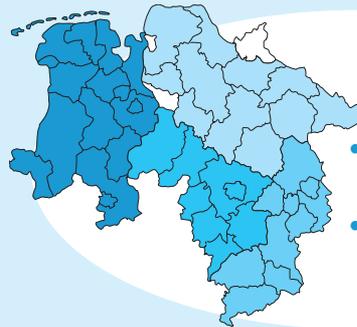
Völkerball

Informationen: Therese Wollny, Althusiusstraße 25, 26723 Emden, Tel.: (04921) 26935, E-Mail: Wollny-Therese@web.de

Der NTB auf einen Blick!

Gegründet:
1947
24. Oktober 1947

Vereine:
2790
davon 466 GYMNELT-Vereine



- Größter Landesfachverband in Niedersachsen
- Größter Landesturnverband in Deutschland

Mitglieder:



insgesamt:
745.982



davon weiblich:
496.332 (67 %)



davon männlich:
249.596 (33 %)



davon unter 14 J.: 31 %



davon zwischen 14 und 60 J.: 44 %

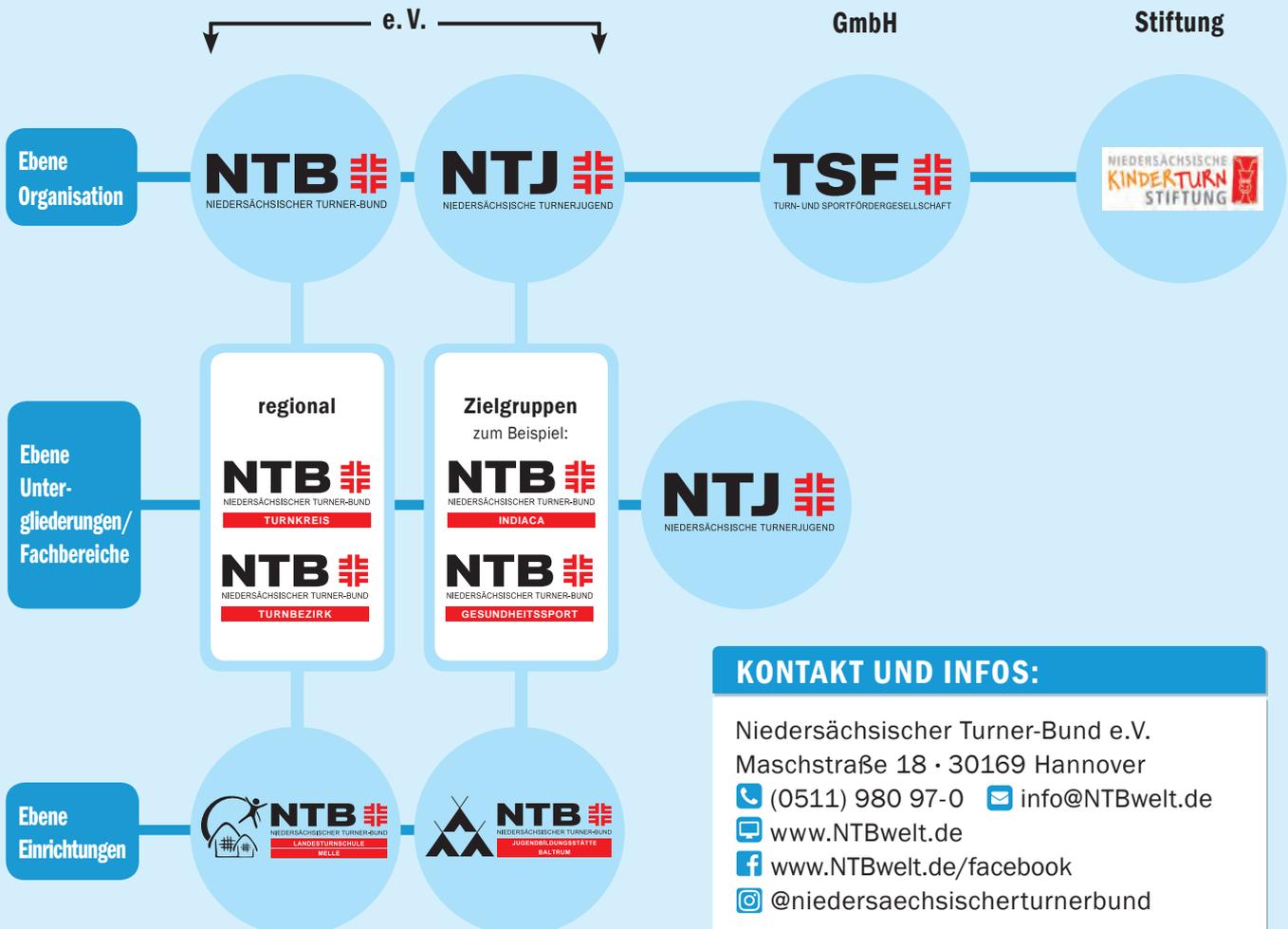


davon über 60 J.: 25 %



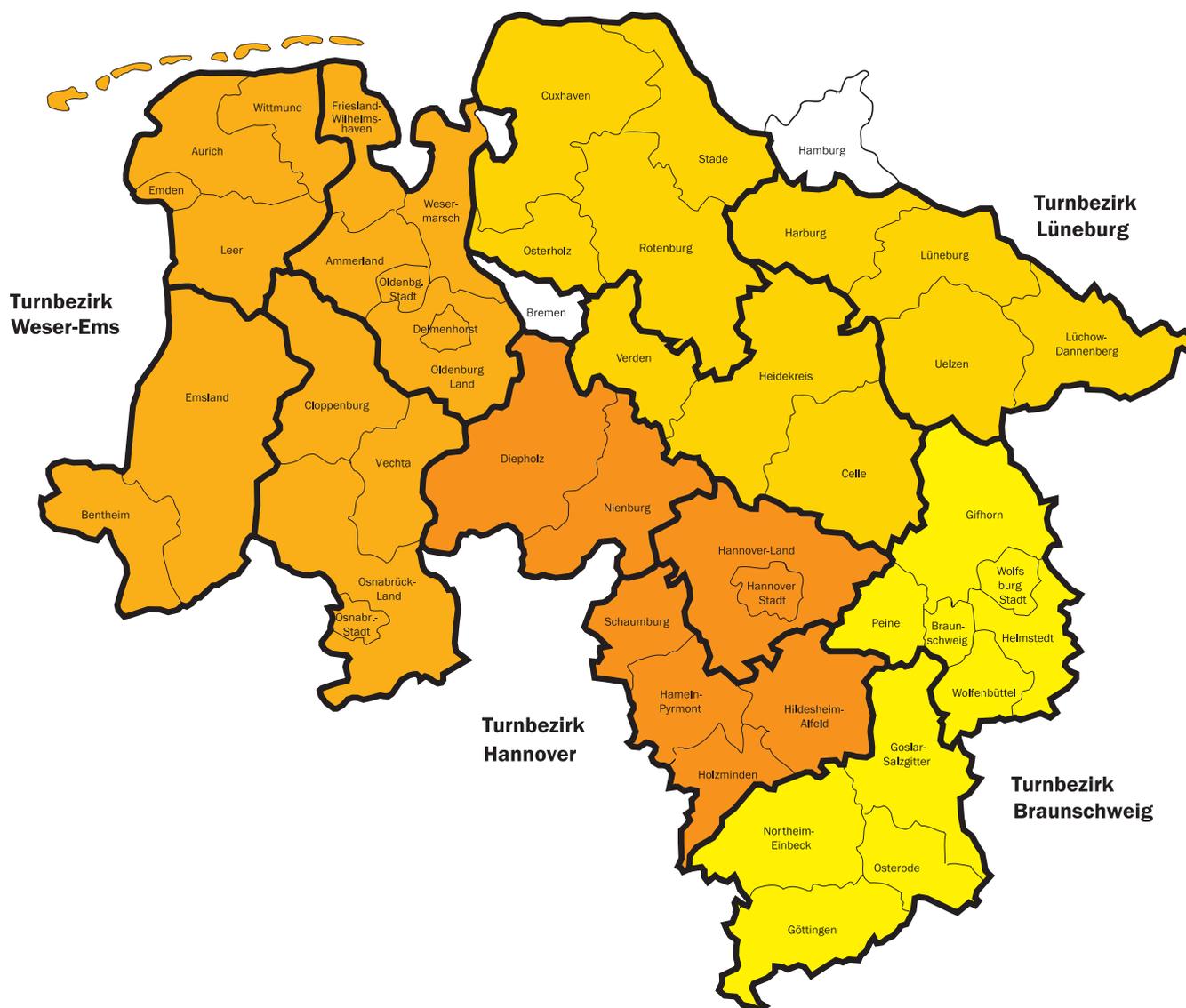
Rund 40.000 Übungsleiter und ehrenamtliche Entscheidungsträger

Organisationsstruktur:



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
 @niedersaechsischerturnerbund



Information, Bildung und Austausch in Deiner Nähe

Bildung überall und für jeden zugänglich zu machen, ist einer der Schwerpunkte unserer Arbeit. In einem Flächenland wie Niedersachsen ist das eine Herausforderung, der wir uns jedes Jahr aufs Neue stellen. Mit unserer Mission, näher an die Vereine heranzutreten, um den Verantwortlichen und ihren Mitgliedern die bestmöglichen Informations-, Bildungs- und Austauschangebote machen zu können, haben wir ein ganz bestimmtes Ziel vor Augen: Durch ein vielseitiges Netzwerk und qualitativ hochwertige Angebote vor Ort wollen wir allen Vereinen die Chance geben, voneinander zu lernen. Und das, ohne weite Wege auf sich nehmen zu müssen.



Auf den folgenden Seiten veröffentlichen wir ausgewählte Fortbildungsangebote sowie Ansprechpartner und Kontaktadressen in Deiner Nähe. Eine vollständige Auflistung der Angebote Deines Turnkreises findest Du auch im jeweiligen Jahresprogramm 2022 Deines Turnkreises, das Du über Deinen Turnkreisvorsitzenden bestellen kannst (ehemals Lehrgangsplan des Turnkreises).

Turnbezirk Braunschweig

Turnkreis Braunschweig Ansprechpartner: Helmut Riedel, Fuchskamp 37, 38229 Salzgitter, E-Mail: h-u-h-riedel@t-online.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Gifhorn Ansprechpartner: Joachim Schiweck, Querkamp 30, 38518 Gifhorn, E-Mail: joschick@gmx.net

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Göttingen Ansprechpartner: Christoph Hannig, Rasenweg 11, 37120 Bovenden, E-Mail: topfi.hannig@gmx.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Goslar-Salzgitter Ansprechpartnerin: Inge Friede, Adenbergstr. 63, 38642 Goslar, E-Mail: inge.friede@gmx.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Helmstedt Ansprechpartner: Horst Sievers, Mühlenwinkel 9, 38165 Lehre, E-Mail: sievers.h.@t-online.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Northeim-Einbeck Ansprechpartner: Andreas Severit, Lärchenweg 2, 37586 Dassel, E-Mail: aseverit@aol.com

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Osterode Ansprechpartner: Henning Kunstin, Kirchstraße 46, 37412 Hörden, E-Mail: lehrgaenge@turnkreis-osterode.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Peine Ansprechpartner: Klaus Wagener, E-Mail: klaus.wagener.peine@t-online.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Wolfenbüttel Ansprechpartnerin: Heike Meyer, Pestalozzistr. 26, 38300 Wolfenbüttel, E-Mail: heike.wf@web.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Wolfsburg Ansprechpartnerin: Brigitte Fahse, Bruderstieg 15, 38444 Wolfsburg, Tel.: (0151) 61517037, E-Mail: Turnkreis.Wolfsburg@NTBwelt.de

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Functional Training für Ältere & Erwachsene	Sa, 05.02.2022	VfB Halle 38442 Wolfsburg Schwimm- bad 11	Gisela Wacker, Christine Kunze/ Jennifer Yavuz	5,00 Euro	5 LE
Kinaethetische Wahrnehmung	Sa, 10.09.2022 bis So, 11.09.2022	38444 Wolfsburg	Brigitte Fahse Anmeldung über Melle LG		15 LE
Ein Präventions-Sport-Tag All in One – Lernen, Erleben, Entdecken	Sa, 22.06.2022	38444 Wolfsburg	B. Fahse/G. Fahse	10,00 Euro	9 LE

Turnbezirk Hannover

Turnkreis Diepholz Ansprechpartnerin: Brigitte Nobis-Meyer, Wacholderweg 2, 27239 Twistringen, Tel.: (04243) 8995, E-Mail: Nobis-Meyer@Kabelmail.de

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Lehrgangsleitung/ Referent	Gebühr	Anerkennung
Sensomotorischer Zirkel / Ge- hirntraining durch Bewegung	Sa, 02.06.2022, 9.30 - 14.30	28844 Weyhe	Brigitte Nobis-Meyer/Kirsten Scharnowski	N.N.	6 LE
Smoveys	Sa, 12.03.2022 9.30 - 12.30	27239 Heiligenloh	Brigitte Nobis-Meyer/Susanne Kagels	N.N.	4 LE

Turnkreis Hameln-Pyrmont Ansprechpartnerin: Silke Wächter, Linkworth 30, 31789 Hameln, Tel.: (05151) 21375, E-Mail: silke.waechter@ntj.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Hannover-Stadt Ansprechpartner: Horst Brink, Lerchenort 4, 30657 Hannover, E-Mail: kempa.brink@t-online.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Hannover-Land Ansprechpartner: Alfred Ködderitzsch, Enzianweg 2, 30880 Laatzen, E-Mail: alfred.rethen@web.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Hildesheim-Alfeld Ansprechpartner: Matthias Aschmann, Brandmüllerstr. 4, 31061 Alfeld, E-Mail: maschm6987@aol.com

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Holzminden Ansprechpartnerin: Rosemarie Mai, Hauptstraße 38, 37619 Pegestorf, Tel.: (05533) 1847, E-Mail: rosemariemai@web.de

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Lehrtagung	N.N.	Hehlen	Rosemarie Mai	10,00 Euro	8 LE
ÜL FB Gerätturnen männlich	Sa, 08.01.2022 und So, 09.01.2022	Hehlen	Dirk Lienig, Wolfgang Heibei	TBZ	15 LE
Treffpunkt NTB Mitgliedergewinnung	Mi, 26.01.2022	Hehlen	Dirk Lienig	0,00 Euro	
ÜL FB Trampolinturnen	Sa, 19.02.2022	Bodenwerder	Elke Klabunde	8,00 Euro	3 LE
ÜL FB Gerätturnen weiblich	Februar 2022	Dielmissen	Birgit Hartmann	8,00 Euro	3 LE
ÜL FB Krafttraining für Jugendliche + Erwachsene	Sa, 02.04.2022	Hehlen	Dirk Lienig	8,00 Euro	8 LE
ÜL FB Erwachsene/Ältere	N.N.	Hehlen	Rosemarie Mai	8,00 Euro	3 LE
ÜL FB Kinderturnen	N.N.	Eschershausen	Edelard Meyer-Brand	8,00 Euro	3 LE
ÜL FB Rhönradturnen	Fr, 03.06.2022	Holzminden-Altendorf	Jessica Diekmann	8,00 Euro	3 LE
ÜL FB Rhönradturnen	2. HJ 2022	Holzminden-Altendorf	Jessica Diekmann	8,00 Euro	3 LE
Treffpunkt NTB Digitalisieren im Verein	Mi, 05.10.2022	Hehlen	Dirk Lienig	0,00 Euro	
ÜL FB Natursport Wandern	So, 06.11.2022	Golmbach	Bodo Schwarze	5,00 Euro	2 LE
Tagung der Vereinswanderwarte	So, 06.11.2022	Golmbach	Bodo Schwarze	0,00 Euro	1 LE
Turnkreis Wandertag	N.N.	Pegestorf	Bodo Schwarze	5,00 Euro	

Turnkreis Nienburg Ansprechpartner: Andreas Meyer, Wellie 19, 31595 Steyerberg, E-Mail: tk-nienburg@email.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Schaumburg Ansprechpartner: Olaf Köhler, Senator-Meier-Str. 2d, 31515 Wunstorf, Tel.: (0151) 62523627, E-Mail: koehler.olaf@web.de

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/ Referent	Gebühr	Anerkennung
Stressbewältigung durch Acht- samkeit	22.01.2022 14:00 - 17:00	VfL Bad Nenndorf Bahnhofstr.	Olaf Köhler/Silke Engelking E-Mail: koehler.olaf@web.de	5,00 Euro	4 LE ÜL C
Schnupperkurs ATP - AlltagsTrai- ningsProgramm	12.02.2022 14:00 - 17:30	Aktiv Pro Gesundheit Rinteln Bäckerstraße 14	Claudia Schlüter, Tel.: 05751/963990 E-Mail: claudia.schlueter@gmx.info	5,00 Euro	4 LE ÜL C

Gesundheitssportstammtisch Gymnastik für Schulter und Nacken	19.02.2022 14:00 - 17:30	Wiedensahl	Michaela Aldag, Tel.: 0177/8960454 E-Mail: m.aldag@web.de	5,00 Euro	4 LE ÜL B
Schaumburger Turnschule ÜL-Assistenzausbildung 30 LE	Start 26./27.03.2022 9:00	VfL Bad Nenndorf Bahnhofstr.	Silke Engelking, Tel.: 0173/6077397 silke.engelking@vfl-badnenndorf.de	40,00 Euro	
VIB Laufen-Springen-Werfen	02.05.2022 17:00 - 20:15	Rinteln Sportplatz Burgfelds- weide	Olaf Köhler E-Mail: koehler.olaf@web.de		4 LE ÜL C
Yoga für Kids	11.06.2022 9:00	Rolfshagen	Michaela Aldag Tel.: 0177/8960454 E-Mail: m.aldag@web.de	5,00 Euro	4 LE ÜL C
Jahn-Bergturnfest 2021 www.jahn-bergturnfest.de	Start 25.06.2022 13:00	Sportzentrum VfL Bad Nenndorf Bahn- hofstr.	Olaf Köhler/Silke Engelking E-Mail: koehler.olaf@web.de	Start- gebühren	
Waldbaden	16.07.2022 10:00 - 14:00	VfL Bad Nenndorf Treffen an der Moos- hütte	Silke Engelking, Tel.: 0173/6077397 silke.engelking@vfl-badnenndorf.de	5,00 Euro	5 LE ÜL C
Rückenfaszientraining	Juli 2022 10:00	Krainhagen	Michaela Aldag Tel.: 0177/8960454 E-Mail: m.aldag@web.de	50,00 Euro	ÜL B
Taiji - Körperwahrnehmung und Koordinationsschulung	03.09.2022 14:00 - 17:30	Aktiv Pro Gesundheit Rinteln Bäckerstraße 14	Claudia Schlüter, Tel.: 05751/963990 E-Mail: claudia.schlueter@gmx.info	5,00 Euro	4 LE ÜL C
Treffen der Älteren Taiji im Sitzen	15.10.2022 12:00	Rolfshagen	Michaela Aldag Tel.: 0177/8960454 E-Mail: m.aldag@web.de	17,50 Euro mit Essen	

Turnbezirk Lüneburg

Turnkreis Celle Ansprechpartnerin: Jessica Hubach, Heideweg 2a, 29303 Bergen, E-Mail: jessi.hubach@web.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Cuxhaven Ansprechpartnerin: Anke Rennebeck, Heidhöhn 21, 27476 Cuxhaven, Tel.: (04721) 6996332, E-Mail: Arl1311@elbeweser.com

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Jahresauftakt	Sa. 29.01.2022 10:00 - 12:00	Geestland	Juliane Schattauer		2 LE
Schulter- / Das Korrek- turauge	So. 06.02.2022 10:00 - 17:00	NN	Anke Rennebeck	20,00 Euro	8 LE
Treffpunkt.NTB	Do. 10.03.2022 18:00 - 21:00	Geestland	Juliane Schattauer		4 LE
Airtrack / Parkour	So. 20.03.2022 10:00 - 17:00		Daniela Goiny	20,00 Euro	8 LE
Hockergymnastik & Pezziball	Sa. 26.03.2022 10:00 - 14:00	Holßel	Sabine Güntzler/Ulrike Hirsch- felder	15,00 Euro	5 LE
Treffen der Älteren	Sa. 21.05.2022 14:00 - 17:00	Cuxhaven	Sabine Güntzler/Ulrike Hirsch- felder	5,00 Euro	
Fit Mach Mit 2.0	Sa. 21.05.2022 10:00 - 14:00	Bad Bederkesa	Sandra Ahlf	10,00 Euro	4 LE
Treffpunkt.NTB	Do. 06.10.2022 18:00 - 21:00	NN	Juliane Schattauer		4 LE
Tanzlehrgang	Sa. 08.10.2022 10:00 - 15:00	Debstedt	Sandra Ahlf	15,00 Euro	6 LE
Sensomotorik & Propriozeption	Sa. 05.11.2022 10:00 - 17:00	NN	Anke Rennebeck	20,00 Euro	8 LE
Fit Fetzig Fantasievoll	Sa. 05.11.2022 10:00 - 14:00	NN	Sabine Güntzler/Ulrike Hirsch- felder	15,00 Euro	5 LE

Turnkreis Harburg Ansprechpartnerin: Antje Patjens, Grasweg 8b, 21435 Stelle, E-Mail: patjens-stelle@t-online.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Heidekreis Ansprechpartnerin: Britt Schories, An der Koppel 5, 29633 Munster, E-Mail: britt_schories@web.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Lüchow-Dannenberg Ansprechpartnerin: Nicole Walther, Am Schützenplatz 9, 29471 Gartow, Tel.: (05846) 979093, E-Mail: nicole@walther-gartow.de

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Fit mit dem Hocker	Sa, 05.02.2022 10:00 - 14:00	Dannenberg	Gudrun Garbe-Köhnecke; Angela Lapöhn	10,00 Euro	4 LE
Atmenschule	Sa, 30.04.2022 14:00 - 17:30	Dannenberg	Inga Sabrina Engelmann-Beck	10,00 Euro	4 LE
Fitness-Pfad	Sa, 18.06.2022 14:00 - 17:30	Gartow	Nicole Walther	10,00 Euro	4 LE
Ein Tag für mich Koop. AOK – KSB - Tk	Sa, 01.10.2022 10:00 - 16:30	Dahleburg	Verschiedene Refis		8 LE

Turnkreis Lüneburg Ansprechpartner: Lars Ellmer-Kiehn, Am Sportplatz 2, 21382 Brietlingen, E-Mail: ellmer-kiehn@kiehn-mobile-freizeit.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Osterholz Ansprechpartner: Albert Heitmann, Dorfstr. 27 b, 27726 Worswede, Tel.: (04792) 1339, E-Mail: albert.heitmann@ewetel.net

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/ Referent	Gebühr	Anerkennung
Fortbildungstag für Kinder, Erwachsene und Ältere	Sa, 05.02.2022 09:00 - 16:00	Osterholz-Scharmbeck	Ilka Kaum	20,00 Euro	8 LE
Gesundheitssport	Sa, 05.03.2022 09:00 - 16:00	Osterholz-Scharmbeck	Andrea Glaß	40,00 Euro	8 LE

Turnkreis Rotenburg Ansprechpartnerin: Tina Behrens, Freudenthalstr. 21, 27383 Scheeßel, Tel.: (04263)-5381, E-Mail: tina.behrens@ewe.net

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Referent	Gebühr	Anerkennung
Erwachsene Fitness Trends	Sa, 05.02.2022 9:00 - 12:00	Zeven	Michaela Gerken	5,00 Euro	4 LE
Ältere RückenFitness für Senioren	Sa, 26.03.2022 9:00 - 12:00	Hemslingen	Mareike Gölitzer	5,00 Euro	4 LE
Kinderturnen Eltern/Kind Ein Balanceakt	Sa, 07.05.2022 9:30 - 13:30	Elsdorf	Constanze Baalhorn	5,00 Euro	4 LE
Gesundheitssport Pilates	Sa, 14.05.2022 9:00 - 16:30	Sittensen	Gerda Lütjen	20,00 Euro	8 LE
Erwachsene Convention	Sa, 18.06.2022 9:00 - 12:00	Zeven	Michaela Gerken	5,00 Euro	4 LE
Kinderturnen Mutter/Kind Gemeinsam Toben	Sa, 18.06.2022 9:30 - 12:30	Elsdorf	Constanze Baalhorn	5,00 €	4 LE
Kinderturnen Vor- u. Grundschule Bewegte Spielideen	Sa, 17.09.2022 9:30 - 12:30	Elsdorf	Constanze Baalhorn	5,00 Euro	4 LE
Ältere N.N.	Sa, 08.10.2022 9:00 - 12:00	Scheeßel	Mareike Gölitzer	5,00 Euro	4 LE
Gesundheitssport Kleine Einheiten für Zwischendurch	Sa, 24.09.2022	N.N.	Gerda Lütjen	10,00 Euro	6 LE
Ältere Fitness-Mix für Senioren	Sa, 05.11.2022 9:00 - 17:00	Scheeßel	Mareike Gölitzer	10,00 Euro	8 LE

Turnkreis Stade Ansprechpartner: Bernahrd-Josef Lindner, Burgstr.18, 21720 Grünendeich, Tel.: (04142) 8119953, E-Mail: bejoli@t-online.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Uelzen Ansprechpartnerin: Heike Kilian, Wiesengrund 10, 29556 Suderburg, Tel.: (0151) 61426362, E-Mail: heike.kilian@mail.de

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Bewegte Entspannung	Sa, 22.01.2022 10:00 - 17:00	Suderburg	Gabi Behn / Referenten-Team	20,00 Euro	8 LE
Yoga zum Kennenlernen	Sa, 12.02.2022 10:00 - 13:00	Bad Bodenteich	Angela Lapöhn / Johannes Paul	10,00 Euro	4 LE

Arbeitstagung der Vereinswanderwarte im TK Uelzen	Sa, 19.02.2022	Natendorf	Bernd Wedell / SV „Frischauf“ Natendorf v. 1919 e.V.		
Anatomie Refresher	Sa, 12.03.2022 10:00 - 17:00	Bad Bevensen	Gudrun Garbe-Köhnecke / Anke Rennebeck	30,00 Euro	8 LE ÜL B
Denken und Bewegen/Linedance	So, 13.03.2022 10:00 - 15:00	Bad Bevensen	Gudrun Garbe-Köhnecke / Anke Rennebeck	15,00 Euro	6 LE
Spikeball	Sa, 07.05.2022 10:00 - 13:00	Suderburg	Heike Kilian / Paul Thiessen	10,00 Euro	4 LE
Kreiswandertag	So, 18.09.2022	Natendorf	Bernd Wedell / SV „Frischauf“ Natendorf v. 1919 e.V.		
Parcours für Halle und Outdoor	Sa, 24.09.2022 10:00 - 17:00	Suderburg	Heike Kilian / Dennis Rode	20,00 Euro	8 LE
Ernährung-Bewegung-Entspannung / Basics in der Ernährung und das Zusammenspiel mit der Bewegung	Sa, 19.11.2022 10:00 - 17:00	Bad Bevensen	Angela Lapöhn / Angelika Dechering	20,00 Euro	8 LE
Turnkreis Verden	Geschäftsstelle Turnkreis Verden, Obernstraße 62, 28832 Achim, E-Mail: turnkreis-verden@web.de				
Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Kreismeisterschaft Einzel	So, 23.01.2022	N.N.	N.N.	N.N.	
Kreismeisterschaft Mannschaft	So, 13.02.2022	N.N.	N.N.	N.N.	
Treffpunkt.NTB	Do, 17.03.2022 18:00 - 21:00	N.N.	Michael Fehst	N.N.	
Turnliga	So, 27.02.2022 So, 20.03.2022 So, 15.05.2022	N.N.	N.N.	N.N.	N.N.
Rücken 2.0	Sa, 23.04.2022	N.N.	Tobias Woelki	N.N.	8 LE
Jugendturnfest	Sa, 25.06.2022 09:00 - 17:00	Achim-Baden	Alina Römhild	N.N.	
Kreiskindertreffen	N.N.	N.N.	Kerstin Meinke	N.N.	
Resilienz im Gesundheitssport	Sa, 03.09.2022	N.N.	Tobias Wölki	N.N.	8 LE
Kinderturnen	Sa, 10.09.2022 oder Sa, 17.09.2022	Fischerhude	Marcus Ohlrogge	N.N.	N.N.
Neuro-Training	Sa, 05.11.2022	N.N.	Tobias Wölki	N.N.	8 LE
ÜL-Assistenten-Ausbildung (I)	Sa, 24.09.2022 10:00 - 17:00 und So, 25.09.2022 10:00 - 13.30	Achim-Embsen	Jeannine Grambole	27,00 Euro	
Fit für den Alltag	Sa, 08.10.2022 10:00 - 13:00	N.N.	Birgit Knöpfle-Vogelsang	N.N.	4 LE
ÜL-Assistenten-Ausbildung (II)	Sa, 05.11.2022 und So, 06.11.2022 10:00 - 17:00	Achim-Embsen	Jeannine Grambole	27,00 Euro	
Trimmwettkampf der Damen	Sa, 12.11.2022 14:00 - 18:00	N.N.	Birgit Knöpfle-Vogelsang	N.N.	
Workshop – Rhythmik/Dance	Fr, 19.11.2022 9:30 - 15:00	Langwedel-Etelsen	Michaela Wöltjen	15,00 Euro	6 LE
Trimmwettkampf der Herren	Sa, 26.11.2022 15:00 - 19:00	N.N.	Birgit Knöpfle-Vogelsang	N.N.	N.N.

Turnbezirk Weser-Ems

Turnkreis Ammerland Ansprechpartnerin: Sylke Boelmann-Meyer, Binsengeweg 8, 26188 Edewecht, Tel.: (04486) 94270, E-Mail: boelmann-meyer@gmx.de

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Hula Hoop zum Kennenlernen: Warm up, Fitness, Dance	Sa, 19.02.2022 13:15 - 17:15	Friedrichsfehn	Sylke Boelmann-Meyer; Roswitha Völker	5,00 Euro	5 LE
Die Vielfältigkeit der Tubes und Therabänder	So, 25.09.2022 10:00 - 13:15	Friedrichsfehn	Sylke Boelmann-Meyer; Sven Boehme	5,00 Euro	4 LE

Turnkreis Cloppenburg Ansprechpartnerin: Sabine Hinxlage, Danziger Str. 10, 49661 Cloppenburg, E-Mail: s.hinxly@web.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Grafschaft Bentheim Ansprechpartner: Stefan Slagelambers, Marie-Juchacz-Str. 24, 48527 Nordhorn, E-Mail: malemast@kabelmail.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Delmenhorst Ansprechpartnerin: Tina Gellner, Buchenstr. 1, 27777 Ganderkesee, Tel.: (04221) 9447727, E-Mail: tigel@gmx.de

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr Mitglied /Nichtmitglied	Anerkennung
Sanftes Yoga für jedes Alter	Sa, 05.02.2022 9:30 - 12:30	Sporthalle der GS Käthe-Kollwitz-Schule, Hasberger Str. 130, 27751 Delmenhorst	Tina Gellner/Tanja Feyer	10,00 Euro/ 40,00 Euro	4 LE 1. Lizenz
Sanftes Yoga für jedes Alter	Sa, 05.02.2022 13:00 - 16:00	Sporthalle der GS Käthe-Kollwitz-Schule, Hasberger Str. 130, 27751 Delmenhorst	Tina Gellner/Tanja Feyer	10,00 Euro/ 40,00 Euro	4 LE 2. Lizenz
Hockergymnastik nach Musik	Sa, 26.02.2022 14:00 - 17:00	Sporthalle der GS Käthe-Kollwitz-Schule, Hasberger Str. 130, 27751 Delmenhorst	Ingeborg Schmetmann/Sabine Kathmann	10,00 Euro/ 40,00 Euro	4 LE 1. Lizenz
Faszientraining	Sa, 08.10.2022 14:00 - 17:00	Sporthalle der GS Käthe-Kollwitz-Schule, Hasberger Str. 130, 27751 Delmenhorst	Ingeborg Schmetmann/Carola Reiners	10,00 Euro/ 40,00 Euro	4 LE 1. Lizenz
Flexibilität & Dehnfähigkeit	Sa, 05.11.2022 9:30 - 16:00	Halle des TV Adelheide, Adelheider Str. 284, 27755 Delmenhorst	Marianne Meyer/Claudia Leinweber	20,00 Euro/ 80,00 Euro	8 LE 2. Lizenz

Turnkreis Emsland Ansprechpartnerin: Martina Sanders, Rütenmoor West 10d, 49733 Haren, Tel.: (05934) 1683, E-mail: martinanders1@googlemail.com

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Referent	Gebühr	Anerkennung
„Locker vom Hocker“ Übungsangebote für 70+	Sa, 19.02.2022 09:00 - 13:00	Sögel	Susanne Klüsekamp	15,00 Euro	5 LE
Ballkoordination und Ballschule für Kinder	Sa, 12.03.2022 09:30 - 12:30	Haren	MarijkeVogler , Martina Sanders	15,00 Euro	4 LE
Methodik und aktuelle Trends im Fitnessstraining	Sa, 23.04.2022 09:00 - 13:00	Haren	Jessica Bloem	15,00 Euro	5 LE
Der Alltags-Fitness-Test (AFT) Lebenslangfit und selbständig bleiben	Sa, 05.06.2022 10:00 - 14:00	Sögel	Heike Kilian	15,00 Euro	5 LE
Kinder: „Wilde Kerle im Sport.“	Sa, 19.11. 2022 13:00 - 17:00	Meppen	Dr. Christiane Bohn	15,00 Euro	5 LE
Prävention: Wechselspiel von Ernährung und Bewegung im Gesundheitssport	Sa, 03.12. 2022 10:00 - 13:00	Sögel	Dr.Dr. Gerd Rosenberg	15,00 Euro	4 LE

Turnkreis Friesland-Wilhelmshaven Ansprechpartnerin: Doris Beyer, Hunrichstr. 10, 26388 Wilhelmshaven, Tel.: (04421) 501347, E-Mail: dorisbeyer10@gmail.com, Anmeldung: turnkreis-friesland-whv.de

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Aufwärm- und kleine Spiele Kinder 4 – 10 Jahre	Sa, 05.02.2022 13:00 - 17:30	Turnhalle der Grundschule Sande	Leitung Angela Früsmer, Ref. Angela Früsmer und Ute Wilken	5 Euro	6 LE
Siebdrucklehrgang	Fr, 11.02.2022 17:00 bis So, 13.02.2022 15:00	Turnhalle der Grundschule Sande und Vereinsheim	Peter Bunting		
Ski-Langlauf-Kurs	So, 27.02.2022 bis Mi, 09.03.2022	Abtenau/Österreich	NTB/TK FRI-WHV		

Kreisturnschule	Fr, 01.04.2022 15:00 bis Mo, 04.04.2022 14:00	Turnhalle der Grund- schule Sande	Leitung Peter Bunting, Referentin Marion Riedel-Brummack		
Abenteuerspielplatz Turnhalle	Sa, 23.04.2022 14:00 - 18:00	Turnhalle der Grund- schule Sande	Peter Bunting	5 Euro	5 LE
„Bewegtes Lernen“ Thema: Besser Lernen durch Bewegung Kinder 1.–4. Klasse	Sa, 30.04.2022 13:00 - 17:30	Turnhalle der Grund- schule Sande	Leitung Angela Früsmer, Ref. Angela Früsmer und Ute Wilken	5 Euro	6 LE
Sternstunden im Eltern-Kind- Turnen Kinder 1–4 Jahre	Sa, 10.09.2022 13:00 - 17:30	Turnhalle der Grund- schule Sande	Leitung Angela Früsmer, Ref. Angela Früsmer und Ute Wilken	5 Euro	6 LE
Gedächtnis- und kleine Spiele für ältere Senioren	Sa, 12.11.2022 13:00 - 17:30	Turnhalle der Grund- schule Sande	Leitung Marion Mallo Saebens, Referentin Angela Früsmer und Ute Wilken	5 Euro	6 LE
Turnkreis Oldenburg-Stadt	Ansprechpartner: Manfred Knigge, Weichselstr. 18, 26180 Rastede Tel.:(0441) 919331, E-Mail: Knigge.Manfred@t-online.de				
Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/ Referent	Gebühr	Anerkennung
Dance-Contest	Sa, 02.04.2022 bis So, 03.04.2022	Oldenburg	Manfred Knigge		
Turnkreis Oldenburg-Land	Ansprechpartnerin: Sonja Müller, Am Klänerhof 5a, 26209 Sandkrug, Tel.: (0163) 5113253, E-Mail: sonjaundingo@t-online.de				
Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/ Referent	Gebühr	Anerkennung
Kreisturnschule	Fr, 04.03.2022 bis So, 06.03.2022	Großenkneten	Sonja Müller, Team		
Fortbildung Gesundheitssport	Sa, 12.02.2022	Sandkrug	Sabine Münkewarf	20,00 Euro	4 LE - 8 LE
Fortbildung Erwachsene und ältere Erwachsene	Sa, 12.02.2022	Sandkrug	Britta Krone, Sonja Müller	20,00 Euro	4 LE - 8 LE
Fortbildung Gymnastik , Technik und Choreografie	Frühjahr 22	Wildeshausen	Tatjana Kasper, Team	10,00 Euro/ 20,00 Euro	4 LE - 8 LE
Turnkreis Akademie für alle Al- tersgruppen	Sa, 10.09.2022	Huntlosen	Sonja Müller, Petra Göpel und Top Referenten	20,00 Euro	Bis 8 LE
Dance Night	Fr, 18.11.2022	N.N.	Sonja Müller	10,00 Euro	4 LE
Turnkreis Osnabrück-Land	Ansprechpartnerin: Marlies Endlicher, Schubertstr. 18, 49143 Bissendorf, (05402) 4432, E-Mail: mendlicher@osnnet.de				
Lehrgangstitel	Termin	Ort	Referent	Gebühr	Anerkennung
Wirbelsäulen Gymnastik	Sa, 29.01.2022 10:00 - 14:00	Bissendorf	Sabrina Kaumkötter	7,00 Euro	5 LE
Faszien Stretching	Sa, 12.02.2022 10:00 - 14:00	Bissendorf	Angie Kauss	7,00 Euro	5 LE
Funktionales Training	Sa, 19.03.2022 10:00 - 14:00	Bissendorf	Sabrina Kaumkötter	7,00 Euro	5 LE
Frauen-Power	Sa, 07.05.2022 10:00 - 15:00	Bramsche/Engter	Layla Blank	10,00 €	6 LE
Kindertanzen	So, 24.04.2022 10:00 - 14:00	Wellendorf	Lana Fenske	7,00 Euro	5 LE
Turnen auf dem Airtrack Kreatives Arbeiten mit Turngeräten	Sa, 14.05.2022 10:00 - 15:00	Wellendorf	Alina Weiß	10,00 Euro	6 LE
Waldspiele für Familien	10:00 - 13:00	Bad Iburg	Juliane Kohrmeyer	5,00 Euro	4LE
Männersporttag	Sa, 09.07.2022 15:00 - 18:00	Bissendorf	Marlies Endlicher	5,00 Euro	4LE
Akrobatik und Kürübungen am Boden	Sa, 03.09.2022 10:00 - 14:15	Wellendorf	Alina Weiß	7,00 Euro	5LE
Waldbaden	Sa, 24.09.2022 10:00 - 14:00	Belm/Vehrte	Juliane Kohrmeyer	7,00 Euro	5LE
Einführung in die P-Stufen 1–5 Kleine Spiele	Sa, 19.02.2022 10:00 - 13:00	Borgloh	Erika Riedemann	7,00 Euro	4LE
Kari-D-Fortbildung	So, 30.01.2022	Borgloh	Alina Weiß		

Turnkreis Osnabrück-Stadt Geschäftsstelle, Goebenstr. 6, 49076 Osnabrück, Tel.: (0541) 68553840, E-Mail: tk-os-stadt@gmx.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Ostfriesische Turnkreise Geschäftsstelle Ostfriesische Turnkreise, Große Straße 11, 26721 Emden,
Tel.: (04921) 40873, E-Mail: Info@ostfriesische-turnkreise.de
Anmeldung unter: www.ostfriesische-turnkreise.de

Turnkreis Aurich

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Kräftigung und Mobilisierung der Schulter	Sa, 15.01.2022		Ilona Standke/Vanessa Hundt	10,00 Euro	5 LE ÜL C
Kinderturnen – Bewegung im Abenteuerland	Sa, 19.02.2022		Grete Kruse/Angela Früsmer		
Füße und Spiraldynamik	Sa, 19.02.2022		Ilona Standke/Angela Windeler	10,00 Euro	5 LE ÜL B
„Bewegen statt Bodybuilding“	Sa, 19.03.2022		Marion Geiken/Alfred Doden		
Aqua Ausdauer mit Handgeräten, Intervalle und HIIT	Sa, 30.04.2021		Marion Geiken/Anke Jellinghaus		
Kinderturnen – Entspannung und Wahrnehmung	Sa, 14.05.2022		Grete Kruse/Angela Früsmer		
Koordination – mal anders!	Sa, 24.09.2022		Marion Geiken/Claudia Obieglo		
Active Relaxation (Aktive Entspannung)	Sa, 08.10.2022		Marion Geiken/Florian Beekmann		

Turnkreis Emden

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Referent	Gebühr	Anerkennung
Treffpunkt NTB – Mein Weg zum Förderplan	Do, 27.01.2022		Rainer Spiewack		
Dehnen und Entspannen	Sa, 26.02.2022		Rainer Spiewack		
XCO und Flexibar mit Aerostep	So, 27.03.2022		Gabi König		
Helfen und Sichern an Turngeräten	Sa, 07.05.2022		Adelheid Klaassen		
Trampolinlehrgang zur Erlangung des E-Scheins	Sa, 03.09.2022		Adelheid Klaassen		
Treffpunkt NTB – Mitglieder finden-binden-verwalten	Do, 20.10.2022		Rainer Spiewack		

Turnkreis Leer

Lehrgangstitel	Termin	Ort	Leitung/Referent	Gebühr	Anerkennung
Airtrack – Workshop 1	Sa, 08.01.2022		Keno Lentke		
Einrad – Picknick 1	Sa, 22.01.2022		Lena Oorlog		
Detox-Yoga	Sa, 05.02.2022		Rita Akkermann		
Haltungs- und Stabilitätstraining	Sa, 12.02.2022		Rita Akkermann		
Benefiz 9. Ostfriesische NTB-Turnshow	Sa, 19.02.2022		T.Bohmfalk/A.Gleich		
Ostfriesland turnt Grundschulen Leer	März		Manfred Wiese		
Gleichgewicht in der Praxis für Ältere	Sa, 05.03.2022		Okka Postma- Lentke		

Faszientraining	Sa, 12.03.2022	Martha Schüür
Fachtagung Ältere	Sa, 12.03.2022	Frank Schüür
TUJU-CLUB Action Games	Sa, 26.03.2022	Melissa Bloem
Airtrack- Workshop 2	Sa, 07.05.2022	Marie Rademaker
Abenteuer- und Erlebnisturnen Kinder	Sa, 14.05.2022	Deike Diekmann
Schule und Verein - Airtrackturnen	Sa, 21.05.2022	Keno Lentke
TUJU-CLUB Kooperationsspiele	Sa, 21.05.2022	Melissa Bloem
Ostfriesland-danz Workshops	Sa, 11.06.2022 bis So, 12.06.2022	Tomke Boekhoff
Einrad - Abzeichen	Sa, 18.06.2022	Lena Oorlog
TUJU-CLUB Ergänzungslehrgang Borkum	Juni	Melissa Bloem
Sommer-Dance-Camp Borkum	So, 17.07.2022 bis Sa, 23.07.2022	Michael Fehst
Gesundheitssport WS-Erkrankungen	Sa, 10.09.2022	Okka Postma- Lentke
Sternstunden Eltern-Kind-Turnen	Sa, 08.10.2022	Deike Diekmann
Einrad- Picknick 2	Sa, 08.10.2022	Lena Oorlog
Vereinssportassistenten-Ausbildung	Fr, 14.10.2022 bis Mo, 17.10.2022	Melissa Bloem
Partytänze	So, 16.10.2022	Tomke Boekhoff
Kreismeisterschaften	Sa, 19.11.2022 bis So, 20.11.2022	Timo Dogs
Hip-Hopp Anfänger	So, 20.11.2022	Tomke Boekhoff
Abrufangebote: • Einradturnen • Rope-Skipping • Kinderturnen • Helfen + Sichern Turnen • Airtrack • Breakdance • Sportpicknick	Nach Vereinbarung	Ansprechpartner Tom Bohmfalk Tel.: (0491) 65025 E-Mail: NTB.Bohmfalk@t-online.de

Turnkreis Wittmund

Lehrgangstitel	Termin	Ort	verantwortlich	Gebühr	Anerkennung
Functional Training	Sa, 05.02.2022		Alfred Doden		
Airtrack	Sa, 19.03.2022		Jörn Lumpe		
Entspannung	Sa, 14.05.2022		Beate Claussen		
Erste-Hilfe	Sa, 17.09.2022		Jörn Lumpe		
Eltern-Kind-Turnen/Kinderturnen	Sa, 08.10.2022		Jörn Lumpe		

Turnkreis Vechta

Ansprechpartner: Heinrich Holzenkamp, Sandeskamp 28, 49377 Vechta, E-Mail: hholzenkamp@t-online.de

Termine lagen bei Drucklegung des Jahresprogrammes noch nicht vor.

Turnkreis Wesermarsch		Ansprechpartnerin: Franziska Brockpähler, Roter Sand 13, 26969 Butjadingen, Tel.: (04733) 8127, E-Mail: franziska.brockpaehler@ewetel.net			
Lehrgangstitel	Termin	Ort	Referent	Gebühr	Anerkennung
Frühlingserwachen Kinderturnen	Sa, 26.03.2022 14:00 - 18:00	N.N.	Christiane Kind	10,00 Euro	5 LE
Fitnessstraining div. Sportgeräte	Sa, 14.05.2022 10:00 - 14:00	Neustadt	Jutta Kochskämper	10,00 Euro	5 LE
Wirbelsäulensport in der Reha Gesu-Sport	Sa, 15.10.2022 10:00 - 17:00	Elsfleth	Sonja Müller	40,00 Euro	8 LE

Ab Januar 2022 weitere Lehrgänge und Veranstaltungen.



Aktuelle Informationen werden auf
den Turnkreisseiten veröffentlicht
www.NTBwelt.de/turnkreise



Werde Online-Marketing-
Experte im Sportverein!
Weitere Infos auf Seite 22 ff.



10. bis 12. Juni 2022 in Osnabrück
ÜL-Lizenz an einem Wochenende verlängern!
Infos und Anmeldung: www.NTB-Kongress.de



**Sie können
uns buchen!**

Landesturnschule Melle

Das besondere Seminar- und Gästehaus

Wir verfügen über:

- ✦ ausgezeichnete Sport- und Bewegungsmöglichkeiten
- ✦ moderne, gut ausgestattete Seminarräume
- ✦ hochwertige, gesunde Verpflegung
- ✦ einzigartiges Wohlfühl-Ambiente inmitten des Grönegaparks

Wir sind interessant für:

- ✦ Gruppen- und Vereinsfreizeiten
- ✦ Seminaranbieter
- ✦ Klausur- und Strategietagungen
- ✦ Familien und Einzelpersonen





LANDESTURNSCHULE MELLE

Die Landesturnschule Melle ist die zentrale Aus-, Fort- und Weiterbildungsstätte des Niedersächsischen Turner-Bundes.

In historischen Fachwerkhäusern werden jährlich ca. 4.000 Gäste an 11.000 Betreuungstagen im Rahmen von Lehrgängen, Seminaren und Tagungen in angenehmer Atmosphäre geschult. Großzügige Sportstätten und Seminarräume bieten hervorragende Voraussetzungen für diese Lehrgänge.

Das NTB-Bildungsteam, mit Sitz in der Landesturnschule koordiniert die Lehrarbeit des NTB im Freizeit-, Breiten- und

Gesundheitssport sowohl zentral in der Landesturnschule als auch dezentral in den NTB-Bezirken.

Die Lehrarbeit findet unter Berücksichtigung gesellschaftlicher Entwicklungen sowie in der Aus-, Fort- und Weiterbildung von Multiplikatoren und Übungsleitenden statt. Die Zusammenarbeit mit anderen Institutionen bei Fortbildungen für Lehrkräfte aller Schularten, Erzieherinnen, Erziehern und Motopädagogen sowie bundesweite und internationale Kontakte in der fachlichen Arbeit geben wertvolle Impulse für ein qualitativ hochwertiges Lehrgangsprogramm.

Unterbringung und Verpflegung:

Die Landesturnschule Melle verfügt über 58 Übernachtungsmöglichkeiten. In neun renovierten Doppelzimmern mit meist getrennter Dusche und Toilette, 36 renovierten sowie neu gestalteten Einzelzimmern mit eigenem Bad und einem für vier Personen ausgestatteten Apartment (Dusche und Toilette getrennt) finden unsere Gäste Ruhe und Entspannung. Unsere „frisch + fit“-Küche gewährleistet vollwertige und frische Verpflegung. Dabei ist uns die Verarbeitung von hochwertigen Lebensmitteln besonders wichtig. Hier wird mit frischen, regionalen und saisonalen Produkten gekocht.

Unterrichts- und Seminarräume:

Die Landesturnschule verfügt über mehrere gut ausgestattete Seminarräume für bis zu 80 Personen:

- Seminarraum Haus Weser-Ems: bis ca. 80 Personen (150 m²)
- Seminarraum Haus Lüneburg EG: bis ca. 30 Personen (80 m²)
- Seminarraum Haus Lüneburg 1. OG: bis ca. 20 Personen (72 m²)
- Sitzungs- und Besprechungsraum Haus Hannover: bis ca. 20 Personen (45 m²)

Übungsstätten (Nutzung nur nach Absprache):

- verbandseigene Turnhalle (18 x 36 x 7 m)
- verbandseigener Spiegelsaal mit Lernempore (15 x 18 m, teilbar)
- Mell aktiv – das Fitnessstudio des SC Melle 03
- Jahn-Turnhalle (15 x 30 x 5 m)

Freizeit- und Bewegungsräume:

- Sportplatz mit 400m-Laufbahn und diversen leichtathletischen Anlagen
- Hallenbad (außer in den Sommerferien)
- Wellenfreibad (Sommersaison) mit 50m-Bahn und Sprunganlage
- Kinderspielplatz mit Turn- und Klettergeräten
- zwei Beach-Volleyball-Felder
- Tennisplätze
- wunderschönes, ausgedehntes Wander- und Radfahrgelände
- schöne Walking-, Nordic Walking- und Laufstrecken



Weitere Informationen:
www.NTBwelt.de/lts



Seminar- und Gästehaus:

Die Landesturnschule bietet auch Einzelpersonen, Radfahr- und/oder Vereinsgruppen die Möglichkeit, im schönen „Osnabrücker Land“ mit seinen vielfältigen attraktiven Freizeitmöglichkeiten zu kostengünstigen Preisen zu übernachten (auf Wunsch mit Verpflegung). Einzelpersonen und Kleingruppen bis ca. zehn Personen sind oftmals sogar kurzfristig unterzubringen!

Klausurtagungen/Sitzungen für Vereine, Kreise, Firmen und Organisationen:

Die sehr gut ausgestatteten Seminarräume der Landesturnschule Melle, die optimale Unterbringung in Einzel- und Doppelzimmern sowie die wunderschöne Parklandschaft um die Landesturnschule Melle bieten einen hervorragenden Rahmen für Klausurtagungen und Sitzungen. Wir unterstützen gerne beim Rahmenprogramm sowie bei der Vermittlung von Moderatoren.

Fitnessfreizeiten und Trainingslager in der Landesturnschule Melle:

Die vielfältigen Sport- und Freizeitmöglichkeiten in unmittelbarer Nähe der Landesturnschule bieten für jeden etwas. Interessierte (Vereins-) Gruppen können mögliche Termine für Fitnessfreizeiten und Trainingslager in der Landesturnschule Melle erfragen. Wir unterstützen gerne beim Rahmenprogramm und bei der Vermittlung von Trainerinnen und Trainern.

Kosten:

Bei NTB-Maßnahmen erfolgt die Unterbringung im Doppelzimmer. Teilnehmende können auf Selbstzahler-Basis für 10,00 Euro pro Nacht – soweit vorhanden – ein Einzelzimmer buchen.

Aktuelle Preise sind der Homepage zu entnehmen. Auf der Grundlage der Finanz-, Kosten- und Gebührenordnung des NTB erstellen wir gern ein Angebot für Gruppenbelegungen.



LTS-Kochbuch

17,50 € (zuzüglich Versandkosten)
Erstes Kochbuch der Landesturnschule Melle erhältlich in der Landesturnschule Melle oder Bestellung per E-Mail über Heike.Burmann@NTBwelt.de

Kontakt

Landesturnschule Melle
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 16 49324 Melle
☎ (05422) 9491-0
📠 (05422) 9491-24
✉ LTS@NTBwelt.de

Sigrid Fischer-Eistert
Larissa Holze
Rezeption und Belegung
☎ (05422) 9491-10
✉ Rezeption-LTSMelle@NTBwelt.de

Beate Holzgrefe
Leitung
☎ (05422) 9491-13
✉ Beate.Holzgrefe@NTBwelt.de



JUGENDBILDUNGSSTÄTTE BALTRUM

Die Jugendbildungsstätte auf der kleinen autofreien ostfriesischen Insel Baltrum steht den Mitgliedern des Niedersächsischen Turner-Bundes und befreundeten Turnverbänden sowie Schulen, Universitäten und Vereinsgruppen zur Verfügung.

Seit über 50 Jahren verbringen viele Kinder und Jugendliche mitten im Nationalpark Wattenmeer erlebnisreiche Ferien. Sie haben mit der Turnerjugend am Lagerfeuer gesungen, Spielfeste entwickelt, Zirkusprogramme einstudiert oder als kleine Piraten die Insel erobert. Im Winter und in den Übergangsjahreszeiten wird das Haus mit 25 Betten (und einem Krankenzimmer mit zwei Betten) für Lehrgänge, Klausuren, Freizeiten und Jugendgruppenlehrgänge, aber auch für Vereins- und Turnkreisfreizeiten genutzt.

Im Sommer erweitern die aufgebauten Zelte die Kapazität auf 100 Plätze. Den Gruppen stehen Werk- und Gruppenräume, Spiele, Musikanlage, Kamin, Computer, Beamer, Telefon, Wirtschafts- und Sanitärräume sowie ein Sport- und Kinderspielfeld zur Verfügung.

Die gesamte Anlage wird ehrenamtlich betreut und geführt. Das erfordert eine entsprechende Mitarbeit von allen Teilnehmenden bei der Bewirtschaftung und Unterhaltung der Anlage (z.B. Küchendienst, Pflege und Reinigung der Anlagen).

Vereine, Turnkreise und Schulen, die die Anlage mieten möchten, wenden sich bitte an unsere Sachbearbeiterin:

JBS Baltrum

Margret Tobiassen

Zingelstr. 12, 26603 Aurich

☎ (04941) 991164, 📠 (04941) 991165

✉ Margret.Tobiassen@NTBwelt.de

Anmeldeschluss ist der 31.05. eines Jahres für das darauffolgende Jahr.

Nutzung und Bewirtschaftung erfolgen in Eigenregie. Die Teilnahme an einem Wirtschaftslehrgang (11.11. – 13.11.2022) ist für eine Belegung verpflichtend (35,00 Euro).

Wirtschaftslehrgang Jugendbildungsstätte Baltrum

Für alle, die selbst einmal eine Veranstaltung in der Jugendbildungsstätte Baltrum organisieren wollen. Hier gibt es das Knowhow dafür! Dieser Lehrgang ist für alle verpflichtend, die eine Maßnahme in der Jugendbildungsstätte durchführen oder bei einer Maßnahme die Küchenleitung übernehmen wollen. Die wichtigsten Dinge zur Nutzung der JBS werden hier vermittelt und erlebt.

Nr.	Termin	Ort
479b/22	Fr, 11.11. – So, 13.11.2022	Baltrum

NTB-Mitglieder: mit V./Ü.: 35,00 Euro

Sonstige: mit V./Ü.: 140,00 Euro

Preise Haussaison (Herbst, Winter, Frühjahr):

Die Kosten betragen für ein Wochenende (Fr – So) 290,00 Euro/ermäßigt 260,00 Euro
 Die Kosten für eine Woche (Mo – Fr) betragen 620,00 Euro/ermäßigt 580,00 Euro,
 Kosten für eine Woche inkl. Wochenende (Mo – So) 815,00 Euro/ermäßigt 730,00 Euro

Preise Zeltlager (Sommer):

Die Kosten betragen pro Übernachtung für Vereine 270,00 Euro/ermäßigt 240,00 Euro
 Die Kosten für Schulklassen betragen 290,00 Euro ermäßigt 260,00 Euro.

Eine Ermäßigung wird bei der Eingabe bzw. Vorlage der SportEhrenamts-Card Niedersachsen oder NTB-Rabattcode (digitaler Vereinsstempel) gewährt.

Ein kleiner öffentlicher Zeltplatz wird vom NTB ebenfalls ehrenamtlich angeboten und verwaltet. Anmeldungen bitte an die Sachbearbeiterin

Margret Tobiassen

JBS Baltrum

Verwaltung und Koordination

Zingelstr. 12, 26603 Aurich

☎ (04941) 991164

(Montag 09:00 – 12:00 Uhr, Donnerstag 14:30 – 18:00 Uhr),

📧 (04941) 991165, ✉ Margret.Tobiassen@NTBwelt.de

Anschriften/Kontakt:

NTB-Jugendbildungsstätte

Postfach 11 20, 26574 Baltrum

☎ (04939) 914014, 📠 (04939) 914015

Leitung: Tina Weßling

Lerchenstr. 26, 49577 Kettenkamp

☎ (05436) 7239623, 📠 (05436) 7239621

✉ Tina.Wessling@NTBwelt.de

Bei Anfragen für die NTJ-Sommermaßnahmen bitte das NTJ-Büro kontaktieren:

Wiebke Dressler, Maschstr. 18, 30169 Hannover,

☎ (0511) 98097-72, 📠 (0511) 98097-48,

✉ info@ntj.de

NTJ- und NTB-Lehrgänge auf Baltrum

Du interessierst Dich für eine Freizeit oder einen Lehrgang auf Baltrum?

Über bildung.ntbwelt.de kommst Du direkt zu den Veranstaltungsinformationen und zur Anmeldung der jeweiligen Angebote.

Unterstützung und Antworten auf Deine Fragen rund um die Anmeldung, findest Du unter www.ntbwelt.de/bildung/faq

Lehrgangs- und Veranstaltungsfolge

Datum	Belegung
02. – 07.01.2022	NTJ Winterfreizeit
28.01. – 01.02.2022	NTJ WinterLehrgang
07. – 11.03.2022	NTB TriloChi – Gönne Dir Zeit und Aufmerksamkeit
18. – 20.03.2022	NTJ Spieletage Nr. 1
25. – 27.03.2022	NTB AK Baltrum
28.03. – 01.04.2022	NTB TriloChi – Vertiefung
25.04. – 02.05.2022	NTB Inselfreizeit Nr. 1 – Mit Spiel und Spaß aktiv sein
03. – 10.05.2022	NTB Inselfreizeit Nr. 2 – Baltrum erleben
13. – 15.05.2022	NTB Zeltaufbau
16. – 20.05.2022	NTJ ASC Göttingen Nr. 1
25. – 29.05.2022	NTJ Vorbereitung Sommermaßnahmen
03. – 07.06.2022	NTB Familienfreizeit „Familien stark machen“
10. – 12.06.2022	NTJ Förderverein
20. – 24.06.2022	NTJ ASC Göttingen Nr. 2
24. – 26.06.2022	NTJ Sporttage und NTJ Wirtschaftslehrgang
01. – 03.07.2022	NTJ Sommertage für Übungsleitende
14. – 22.07.2022	NTJ Sommerfreizeit
24.07. – 04.08.2022	NTJ Sommerlehrgänge
06. – 12.08.2022	NTJ Sommercamp
14. – 20.08.2022	NTJ Sommergeneration
22.08. – 02.09.2022	Badischer Turner Bund
05. – 11.09.2022	NTJ Uni Münster
16. – 18.09.2022	NTB Zeltabbau
18. – 23.09.2022	NTB Männerarbeitsfreizeit
30.09. – 06.10.2022	NTB Inselfreizeit Nr. 3 – Mit Spiel und Spaß aktiv sein
07. – 09.10.2022	NTJ Abenteuersport Geocaching
10. – 14.10.2022	NTB Fortbildung „Älter werden – ein Leben lang“
17. – 22.10.2022	NTB Inselfreizeit Nr. 4 – Nach den Kindern vor der Rente – Sport und Freizeit für Körper und Seele
22. – 27.10.2022	NTB Familienfreizeit „Sturmfest an Düne, Strand und Meer“
27. – 30.10.2022	NTJ AK Kinderturnen
04. – 06.11.2022	NTJ Spieletage Nr. 2
11. – 13.11.2022	NTJ Wirtschaftslehrgang

UNSERE BILDUNGSANGEBOTE 2022

Januar				
Lehrgang	Termin	Veranstaltung	Ort	Seite
410/22	So, 02.01.2022 – Fr, 07.01.2022	NTJ Winterfreizeit	Baltrum	111
001/22	Mo, 10.01.2022 – Do, 13.01.2022	Einstiegslehrgang	Melle	38
055/22	Mo, 10.01.2022 – Fr, 14.01.2022	Aufbaulehrgang - Gesundheit (2. Lizenzstufe/45 LE)	Melle	78
108a/22	Di, 11.01.2022	Online Schulung Turn-Tutorial - Allgemeine/Spezielle Erwärmung	Online-Veranstaltung	118
800/22	Sa, 22.01.2022 – Sa, 22.01.2022	Step Mix (8 LE)	Göttingen	64
801/22	So, 23.01.2022 – So, 23.01.2022	Fortgeschrittene Krafttrainingsmethoden (8 LE)	Göttingen	64
032/22	Mo, 24.01.2022 – Mi, 26.01.2022 Sa, 26.02.2022 – So, 27.02.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	42
409/22	Fr, 28.01.2022 – Di, 01.02.2022	Winterlehrgang „Bob“	Baltrum	111
802/22	Sa, 29.01.2022	Pilates mit Rolle und Redonoball (8 LE)	Online-Veranstaltung	66
803/22	So, 30.01.2022	Yin Yoga - (D)ein Weg für mehr Entspannung und Beweglichkeit (8 LE)	Online-Veranstaltung	68
Februar				
465/22	Fr, 04.02.2022 – So, 06.02.2022	NTJ-Tanzlehrgang NewStyle (Streetdance)	Melle	89
804/22	Sa, 05.02.2022	Detox der Atmung und Gedanken (8 LE)	Online-Veranstaltung	71
225/22	Sa, 05.02.2022	Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (8LE)	Online-Veranstaltung	80
811/22	Sa, 12.02.2022	Yoga für einen gesunden Rücken (8 LE)	Online-Veranstaltung	
806/22	Sa, 05.02.2022	Step Mix (8 LE)	Verden	64
807/22	So, 06.02.2022	Basics in der Ernährung (8 LE)	Online-Veranstaltung	71
809/22	So, 06.02.2022	Classic Workout (8 LE)	Verden	64
002/22	Mo, 07.02.2022 – Do, 10.02.2022	Einstiegslehrgang	Melle	38
108b/22	Di, 08.02.2022	Online Schulung Turn-Tutorial - Krafttraining für Turnende	Online-Veranstaltung	118
710/22	Fr, 11.02.2022 – So, 13.02.2022	Weiterbildung zum/zur DTB-Yogalehrer/in – Aufbaukurs 1 – Yoga Adjustments (25 LE)	Melle	50
003/22	Fr, 11.02.2022 – So, 13.02.2022 Fr, 18.02.2022 – So, 20.02.2022	Einstiegslehrgang	Hannover	38
004/22	Fr, 11.02.2022 – So, 13.02.2022 Fr, 18.02.2022 – So, 20.02.2022	Einstiegslehrgang	Celle	38
280/22	Fr, 11.02.2022 – So, 13.02.2022	Die sanfte Nackenschule (15 LE)	Melle	82
481/22	Fr, 11.02.2022 – So, 13.02.2022	Klecks der Siebdrucklehrgang	Sande	115
810/22	Sa, 12.02.2022	Meditation – eine uralte Wissenschaft (8 LE)	Online-Veranstaltung	71
805/22	Sa, 12.02.2022	Rund um den Fuß (8 LE)	Hannover	74
812/22	So, 13.02.2022	Die Zirbeldrüse – der Schlüssel für ein gesundes und langes Leben (8 LE)	Online-Veranstaltung	71
814/22	So, 13.02.2022	Wohlfühlen und erholen (8 LE)	Online-Veranstaltung	71
808/22	So, 13.02.2022	Rückenfitness heute für die Zielgruppe 50 plus - Programm 2022 (8 LE)	Hannover	60
813/22	So, 13.02.2022	Basics in der Ernährung (8 LE)	Kirchhatten	74
700/22	Mo, 14.02.2022 – Mi, 16.02.2022	DTB-Trainer Pilates, Stufe 1 „Pilates kennen lernen – Powerhouse, Muskeln und Methoden“ (25 LE)	Melle	52
780a/22	Fr, 18.02.2022 – Fr, 25.02.2022	Online-Marketing-Experte im Sportverein – Das BASIC- Modul (8 LE)	Online-Veranstaltung	22/23
285/22	Sa, 19.02.2022 – So, 20.02.2022	Effektives Training für die oberen Extremitäten (15 LE)	Jever	83
729a/22	Sa, 19.02.2022 – So, 20.02.2022	4XF Instructor/in Functional Training Basic (17 LE)	Hannover	43
815/22	Sa, 19.02.2022	Functionelle Trainingstools im HIT Training (8 LE)	Verden	62
816/22	So, 20.02.2022	Fitnessstudio meets Sporthalle (8 LE)	Verden	62
115/22	Fr, 25.02.2022 – So, 27.02.2022 Fr, 11.03.2022 – So, 13.03.2022 Fr, 25.03.2022 – So, 27.03.2022	Kursleiterschulung BodyMind TriloChi®	Melle	70
287/22	Fr, 25.02.2022 – So, 27.02.2022	Eine Einführung in die Feldenkraismethode (15 LE)	Verden	83
817/22	Sa, 26.02.2022	Rücken und Gelenke- Modellstunden für gesunde Gelenke (8 LE)	Hannover	60
335/22	So, 27.02.2022 – Mi, 09.03.2022	Skilanglaufzeit in Abtenau im Salzburger Land	Abtenau, AT	93
818/22	So, 27.02.2022	Yoga & Stretching für Sportler (8 LE)	Hannover	68
März				
705/22	Fr, 04.03.2022 – So, 06.03.2022	DTB-Kursleiter/in Yoga, Stufe 1 „Das Feuer erwecken – Der Facettenreichtum des Hatha-Yoga“ (25 LE)	Melle	49
006/22	Fr, 04.03.2022 – So, 06.03.2022 Fr, 18.03.2022 – So, 20.03.2022	Einstiegslehrgang	Verden	38
080/22	Fr, 04.03.2022 – So, 06.03.2022 Fr, 06.05.2022 – So, 08.05.2022	ÜL B „Sport in der Prävention“ – „Allgemeines Gesundheitstraining“ Haltung & Bewegung/ Herz-Kreislaufsystem; Schwerpunkt Erwachsene (2. Lizenzstufe/ 30 LE)	Verden	78
005/22	Fr, 04.03.2022 – So, 06.03.2022 Fr, 11.03.2022 – So, 13.03.2022	Einstiegslehrgang	Westerstede	38
401/22	Fr, 04.03.2022 – So, 06.03.2022	Dance2u®	Salzgitter	90

281/22	Fr, 04.03.2022 – So, 06.03.2022	Faszien: Neues aus der Forschungspraxis	Clausthal-Zellerfeld	82
461/22	Fr, 04.03.2022 – So, 06.03.2022	TrampolinTreff Trainer und Aktive	Melle	113
050/22	Sa, 05.03.2022 – So, 06.03.2022 Sa, 26.03.2022 – So, 27.03.2022	Basislehrgang Gesundheitssport (2. Lizenzstufe/30 LE)	Hannover	78
289/22	Sa, 05.03.2022	Neurozentrierte Erwärmung im Gesundheitssport (8 LE)	Online-Veranstaltung	84
754a/22	Sa, 05.03.2022 – So, 06.03.2022	Kursleiter/in Meditation - Teil 1 (20 LE)	Online-Veranstaltung	54
234/22	So, 06.03.2022	Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (8LE)	Online-Veranstaltung	81
117/22	Mo, 07.03.2022 – Fr, 11.03.2022	TriloChi® auf Baltrum – Gönnen Dir Zeit und Aufmerksamkeit	Baltrum	70
090/22	Mo, 07.03.2022 – Fr, 11.03.2022 Fr, 29.04.2022 – So, 01.05.2022	ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ – Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (2. Lizenzstufe/70LE)	Melle	79
028/22	Mo, 07.03.2022 – Fr, 11.03.2022 Fr, 13.05.2022 – So, 15.05.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (1. Lizenzstufe/90 LE)	Hannover	42
108c/22	Di, 08.03.2022	Online Schulung Turn-Tutorial – Dehntraining für Turnende	Online-Veranstaltung	118
220/22	Fr, 11.03.2022 – So, 13.03.2022	Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (15 LE)	Melle	80
819/22	Sa, 12.03.2022	Pilates – Variationen 2022 (8 LE)	Verden	66
820/22	So, 13.03.2022	4XF Instructor Core & Stability (10 LE)	Verden	44
720/22	Mo, 14.03.2022 – Fr, 18.03.2022	DTB-Fitnesstrainer/in Studio – Basismodul (60 LE)	Melle	46
060/22	Mo, 14.03.2022 – Fr, 18.03.2022	Aufbaulehrgang Gesundheitsförderung Ältere (2. Lizenzstufe/45 LE)	Melle	78
473a/22	Fr, 18.03.2022 – So, 20.03.2022	Baltrumer Spieltage	Baltrum	115
221/22	Fr, 18.03.2022 – So, 20.03.2022	Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (15LE)	Clausthal-Zellerfeld	80
245/22	Fr, 18.03.2022 – So, 20.03.2022	Fortbildung Stressbewältigung und Entspannung (15LE)	Hildesheim	81
475a/22	Fr, 18.03.2022 – So, 20.03.2022	NTJ-EinradTreff ü12	Melle	115
821/22	Sa, 19.03.2022	Pilates – Potenziale entdecken! (8 LE)	Hannover	66
822/22	So, 20.03.2022	Beckenboden trifft Workout (8 LE)	Hannover	60
770/22	Mo, 21.03.2022 – Do, 24.03.2022	DTB-Kursleiter/in FASZIO® Grundausbildung Kompakt (38 LE)	Melle	46
232/22	Fr, 25.03.2022 – So, 27.03.2022	Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (15LE)	Hannover	81
711/22	Fr, 25.03.2022 – So, 27.03.2022	Weiterbildung zum/zur DTB-Yogalehrer/in – Aufbaukurs 2 – Weiterführende Asana-Variationen (25 LE)	Melle	51
235/22	Sa, 26.03.2022	Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (8LE)	Oldenburg	81
480/22	Sa, 26.03.2022	Skribbeln	Melle	31
719/22	Sa, 26.03.2022 – So, 27.03.2022	Drums Alive®-Instructor/in (15 LE)	Melle	48
737a/22	Sa, 26.03.2022 – So, 27.03.2022	KAHA® Instructor/in (15 LE)	Hannover	48
226/22	So, 27.03.2022	Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (8LE)	Oldenburg	80
118/22	Mo, 28.03.2022 – Fr, 01.04.2022	TriloChi® auf Baltrum – Vertiefung	Baltrum	70
092/22	Mo, 28.03.2022 – Fr, 01.04.2022 Fr, 17.06.2022 – So, 19.06.2022	ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ – Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (2. Lizenzstufe/70 LE)	Melle	79
April				
283/22	Fr, 01.04.2022 – So, 03.04.2022	Psychosoziale Ressourcen im Gesundheitssport (15 LE)	Melle	83
445a/22	Fr, 01.04.2022 – Mo, 04.04.2022	VereinsSportAssistenz-Ausbildung Turnkreis Emden	Emden	106
829/22	Sa, 02.04.2022	Gesunde Schilddrüse/Ernährung bei Hashimoto Thyreoiditis (8 LE)	Online-Veranstaltung	74
823/22	Sa, 02.04.2022	Step Mix (8 LE)	Hannover	64
824/22	So, 03.04.2022	Classic Workout (8 LE)	Hannover	64
007/22	Mo, 04.04.2022 – Do, 07.04.2022	Einstieglehrgang	Melle	38
022/22	Mo, 04.04.2022 – Fr, 08.04.2022 Fr, 03.06.2022 – So, 05.06.2022	ÜL C Freizeit- und Breitensport – Eltern-Kind-/Kleinkinderturnen (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	101
027/22	Mo, 04.04.2022 – Fr, 08.04.2022 Fr, 20.05.2022 – So, 22.05.2022	ÜL C Freizeit- und Breitensport – Jugendturnen „Trends und Bewegungskünste“ (1. Lizenzstufe/90 LE)	Verden	100
040/22	Mo, 04.04.2022 – Fr, 08.04.2022 Fr, 20.05.2022 – So, 22.05.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Gerätturnen (1. Lizenzstufe/90 LE)	Verden	118
044/22	Mo, 04.04.2022 – Fr, 08.04.2022 Fr, 20.05.2022 – So, 22.05.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Parkour (1. Lizenzstufe/90 LE)	Verden	100
008/22	Sa, 09.04.2022 – So, 10.04.2022 Sa, 23.04.2022 – So, 24.04.2022	Einstieglehrgang	Nienburg	38
070/22	Di, 19.04.2022 – Sa, 23.04.2022	Aufbaulehrgang Gesundheitsförderung im Kinderturnen (2. Lizenzstufe/45 LE)	Melle	78
780b/22	Fr, 22.04.2022 – Sa, 23.04.2022	Online-Marketing-Experte im Sportverein - Das BASIC- Modul (8 LE)		22/23
035/22	Fr, 22.04.2022 – So, 24.04.2022 Fr, 06.05.2022 – So, 08.05.2022 Fr, 20.05.2022 – So, 22.05.2022 Fr, 01.07.2022 – So, 03.07.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport - Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Natursport Sommer (1. Lizenzstufe/90 LE)	Celle	42

JAHRESÜBERSICHTEN

038/22	Fr, 22.04.2022 – So, 24.04.2022 Fr, 29.04.2022 – So, 01.05.2022 Fr, 13.05.2022 – So, 15.05.2022 Fr, 03.06.2022 – Sa, 04.06.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness-Aerobic (1. Lizenzstufe/90 LE)	Clausthal-Zellerfeld	42
825/22	Sa, 23.04.2022	4XF Slingtraining – Programm 2022 (8 LE)	Hannover	44
826/22	Sa, 23.04.2022	Tough Class 2022 (8 LE)	Dinklage	64
894/22	Sa, 23.04.2022	Kinder: Einfach mal entspannen (8 LE)	Verden	73
827/22	So, 24.04.2022	4XF Kettlebelltraining – Programm 2022 (8 LE)	Hannover	44
828/22	So, 24.04.2022	Training bei Arthrose/Osteoporose im FitnessStudio (8 LE)	Dinklage	60
895/22	So, 24.04.2022	Kleine kommen ganz gross raus (8 LE)	Verden	73
153/22	Mo, 25.04.2022 – Mo, 02.05.2022	NTB Inselfreizeit 1 „Mit Spiel und Spaß aktiv sein“	Baltrum	97
701/22	Mo, 25.04.2022 – Mi, 27.04.2022	DTB-Trainer/in Pilates, Stufe 2 „Pilates aufbauen – das Übungsprogramm erweitern“ (25 LE)	Melle	52
706/22	Mi, 27.04.2022 – Fr, 29.04.2022	DTB-Kursleiter/in Yoga, Stufe 2 „Energie im Fluss – Yoga rund um die Wirbelsäule“ (25 LE)	Melle	49
036/22	Fr, 29.04.2022 – So, 01.05.2022 Fr, 20.05.2022 – So, 22.05.2022 Fr, 17.06.2022 – So, 19.06.2022 Fr, 01.07.2022 – So, 03.07.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Gymnastik-Rhythmus-Tanz (1. Lizenzstufe/90 LE)	Westerstede	88
342/22	Fr, 29.04.2022 – So, 01.05.2022	Radwandern im Ammerland	Westerstede	94
Mai				
033/22	Mo, 02.05.2022 – Fr, 06.05.2022 Fr, 24.06.2022 – So, 26.06.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness und Gesundheit Schwerpunkt Ältere (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	42
154/22	Di, 03.05.2022 – Di, 10.05.2022	NTB Inselfreizeit 2 „Baltrum erleben“	Baltrum	97
725a/22	Mi, 04.05.2022 – Fr, 06.05.2022	DTB-Kursleiter/in Beckenboden (25 LE)	Melle	85
246/22	Mi, 04.05.2022 – Fr, 06.05.2022	Fortbildung Stressbewältigung und Entspannung – Achtsamkeit (15LE)	Barsinghausen	81
760b/22	Fr, 06.05.2022 – So, 08.05.2022	Mastermodul Yoga & Philosophie: II – Yoga im Kontext der Bhagavadgita (25 LE)	Melle	51
247/22	Fr, 06.05.2022 – So, 08.05.2022	Fortbildung Stressbewältigung und Entspannung – Entspannung praktisch erleben (15LE)	Barsinghausen	81
009/22	Sa, 07.05.2022 – So, 08.05.2022 Sa, 14.05.2022 – So, 15.05.2022	Einstiegslehrgang	Wolfsburg	38
716/22	Sa, 07.05.2022 – So, 08.05.2022	DTB-Kursleiter/in Fit in der Schwangerschaft (15 LE)	Melle	56
832/22	Sa, 14.05.2022	Step Mix (8 LE)	Online-Veranstaltung	64
831/22	Sa, 14.05.2022	Walken & Wandern – das perfekte Fettstoffwechseltraining (8 LE)	Verden	94
830/22	Sa, 14.05.2022	Achtsamkeit und Stressabbau im Rückentraining (8 LE)	Hannover	
833/22	So, 15.05.2022	Variationen von klassischen Entspannungsübungen (8 LE)	Hannover	
835/22	So, 15.05.2022	Bodyweight Level-Training (8 LE)	Online-Veranstaltung	63
834/22	So, 15.05.2022	Fatburnertraining (8 LE)	Verden	65
010/22	Mo, 16.05.2022 – Do, 19.05.2022	Einstiegslehrgang	Melle	38
046/22	Mo, 16.05.2022 – Fr, 20.05.2022 Do, 22.09.2022 – Sa, 24.09.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Wandern (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	92
072/22	Fr, 20.05.2022 – So, 22.05.2022	Aufbaulehrgang Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern (2. Lizenzstufe/21 LE)	Melle	78
135/22	Fr, 20.05.2022 – So, 22.05.2022	Älter werden – aktiv bleiben – Aktivierung auch bei Bewegungseinschränkungen (15LE)	Melle	59
735/22	Sa, 21.05.2022 – So, 22.05.2022	AROHA®-Instructor/in (15 LE)	Verden	48
836/22	Sa, 21.05.2022	Pilates - Praxistag mit Hanteln und Redondball (8 LE)	Hannover	66
837/22	Sa, 21.05.2022	Hör auf Dich selbst. Auf deinen Körper. Nimm seinen Ratschlag an. (8 LE)	Melle	72
243/22	So, 22.05.2022	Reha-Sport an Land und im Wasser (8LE)	Oldenburg	81
838/22	So, 22.05.2022	Pilates – Der Faszien-Fitmacher! (8 LE)	Hannover	66
839/22	So, 22.05.2022	Dance around the world! Entdecke dein Talent! (8 LE)	Melle	89
755/22	Mo, 23.05.2022 – Fr, 27.05.2022	Kursleiter/in Meditation – Teil 2 (50 LE)	Kirchhatten	54
104/22	Mo, 23.05.2022 – Mi, 25.05.2022	Tanzen mit Kindern – Kindertanz	Melle	89
445b/22	Do, 26.05.2022 – So, 29.05.2022	VereinsSportAssistenz-Ausbildung	Neustadt a. Rbg.	106
Juni				
171/22	Fr, 03.06.2022 – Di, 07.06.2022	NTB Familienfreizeit „Familien stark machen“	Baltrum	97
702/22	Mo, 06.06.2022 – Mi, 08.06.2022	DTB-Trainer/in Pilates, Stufe 3 „Schritt für Schritt in die eigene Unterrichtspraxis – Pilates unterrichten und anleiten mit Pilates Equipment“ (25 LE)	Melle	52
1000/22	Fr, 10.06.2022 – So, 12.06.2022	NTB Kongress 2022	Osnabrück	11
452/22	Fr, 10.06.2022 – So, 12.06.2022	Kletterlehrgang: Klettern und Sichern für Anfänger	Braunschweig	95
454/22	Fr, 10.06.2022 – So, 12.06.2022	Kletterlehrgang: Felsenstürmer	Braunschweig	95
727/22	Mo, 13.06.2022 – Mi, 15.06.2022	DTB-Trainer/in Osteoporose-Prävention (25 LE)	Melle	85
715/22	Mi, 15.06.2022 – Fr, 17.06.2022	Kursleiter Reiz, Ruhe, Stille (25 LE)	Melle	55
445c/22	Do, 16.06.2022	VereinsSportAssistenz-Ausbildung Turnkreis Emden	Emden	106

712/22	Fr, 17.06.2022 – So, 19.06.2022	Weiterbildung zum/zur DTB-Yogalehrer/in – Aufbaukurs 3 – Pranayama – Die Atemschule des Hatha Yoga (25 LE)	Melle	51
029/22	Fr, 17.06.2022 – So, 19.06.2022 Fr, 24.06.2022 – So, 26.06.2022 Fr, 16.09.2022 – So, 18.09.2022 Fr, 23.09.2022 – So, 25.09.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (1. Lizenzstufe/90 LE)	Verden	42
840/22	Sa, 18.06.2022	Pilates – Variationen 2022 (8 LE)	Trappenkamp	66
841/22	Sa, 18.06.2022	Immun Booster Workout (8 LE)	Göttingen	60
842/22	Sa, 18.06.2022	Fascia BootCamp: In- & Outdoor by FASZIO® (8 LE)	Verden	62
843/22	So, 19.06.2022	Rund um den Fuß (8 LE)	Trappenkamp	74
844/22	So, 19.06.2022	Wirbelsäulengymnastik – „Strecker-Ketten“ (8 LE)	Göttingen	61
845/22	So, 19.06.2022	FasciaReading in Movement by FASZIO® (8 LE)	Verden	61
110/22	Mo, 20.06.2022 – Fr, 24.06.2022	Well + Fit – eine Woche für Frauen	Melle	58
781d/22	Di, 21.06.2022	Online-Marketing-Experte im Sportverein – MASTER I – Modul (4 LE)	Online-Veranstaltung	22/23
431/22	Do, 23.06.2022 – So, 26.06.2022	NTJ SchulSportAssistenz-Ausbildung	Melle	106
479a/22	Fr, 24.06.2022 – So, 26.06.2022	Tuju-Wirtschaftslehrgang	Baltrum	110
707/22	Fr, 24.06.2022 – So, 26.06.2022	DTB-Kursleiter/in Yoga, Stufe 3 „Zur Ruhe kommen – Mit Yoga ins Gleichgewicht“ (25 LE)	Melle	50
477/22	Fr, 24.06.2022 – So, 26.06.2022	Tuju-Sporttage	Baltrum	111
011/22	Fr, 24.06.2022 – So, 26.06.2022 Fr, 08.07.2022 – So, 10.07.2022	Einstiegslehrgang	Leer	38
051/22	Fr, 24.06.2022 – So, 26.06.2022 Fr, 01.07.2022 – So, 03.07.2022	Basislehrgang Gesundheitssport (2. Lizenzstufe/30 LE)	Bad Bevensen	78
012/22	Sa, 25.06.2022 – So, 26.06.2022 Sa, 02.07.2022 – So, 03.07.2022	Einstiegslehrgang	Göttingen	38
740a/22	Sa, 25.06.2022 – So, 26.06.2022	4XF Instructor/in CrossTraining (20 LE)	Hannover	43
846/22	So, 26.06.2022 – So, 26.06.2022	Ernährung bei Osteoporose und Gelenkerkrankungen (8 LE)	Online-Veranstaltung	74
721/22	Mo, 27.06.2022 – Fr, 01.07.2022	DTB-Fitnesstrainer/in Studio - Aufbauomodul (50 LE)	Melle	46
132/22	Mo, 27.06.2022 – Fr, 01.07.2022	Fit im Kopf und überhaupt - Bridge und Bewegung (15 LE)	Melle	59
Juli				
732/22	Fr, 01.07.2022 – Mi, 06.07.2022	DTB-Kursleiter/in „Babys in Bewegung Kompaktkurs (40 LE)	Melle	56
057/22	Fr, 01.07.2022 – So, 03.07.2022 Fr, 08.07.2022 – So, 10.07.2022	Aufbaulehrgang Gesundheit (2. Lizenzstufe/45 LE)	Hannover	78
476/22	Fr, 01.07.2022 – So, 03.07.2022	Sommertage für ÜL	Baltrum	111
780c/22	Fr, 01.07.2022 – Sa, 02.07.2022	Online-Marketing-Experte im Sportverein - Das BASIC- Modul (8 LE)		22/23
475b/22	Fr, 01.07.2022 – So, 03.07.2022	NTJ-EinradTreff ü12	Melle	115
729b/22	Sa, 02.07.2022 – So, 03.07.2022	4XF Instructor/in Functional Training Basic (17 LE)	Hannover	43
847/22	Sa, 02.07.2022 – Sa, 02.07.2022	Achtsamkeit für den Alltag (8 LE)	Kirchhatten	72
848/22	Sa, 02.07.2022 – Sa, 02.07.2022	Pilates- Hinführung zur Zielübung (8 LE)	Göttingen	67
849/22	Sa, 02.07.2022 – Sa, 02.07.2022	Faszienyoga (8 LE)	Melle	68
850/22	So, 03.07.2022 – So, 03.07.2022	Pilates - Rotation als Schwerpunkt (8 LE)	Göttingen	67
851/22	So, 03.07.2022 – So, 03.07.2022	Pilates Prä - und Postnatal (8 LE)	Melle	67
730/22	Mo, 04.07.2022 – Mi, 06.07.2022	DTB-Kursleiter/in Entspannungstechniken (25 LE)	Melle	55
734/22	Mi, 06.07.2022 – Fr, 08.07.2022	DTB-Kursleiter/in Stressbewältigung durch Achtsamkeit (25 LE)	Melle	55
403/22	Fr, 08.07.2022 – So, 10.07.2022	Landesmeisterschaften TGM / TGW / SGW	Wunstorf	114
106/22	Fr, 08.07.2022 – So, 10.07.2022	Turnwerkstatt und Trainingslager	Melle	119
754b/22	Sa, 09.07.2022 – So, 10.07.2022	Kursleiter/in Meditation - Teil 1 (20 LE)	Kirchhatten	54
856/22	Sa, 09.07.2022	Workout Mix (8 LE)	Verden	65
852/22	So, 10.07.2022	Fortgeschrittene Krafttrainingsmethoden (8 LE)	Verden	64
416/22	Do, 14.07.2022 – Fr, 22.07.2022	SommerFreizeit (SoFrei)	Baltrum	108
760c/22	Fr, 15.07.2022 – So, 17.07.2022	Mastermodul Yoga & Philosophie III: „Yoga & Alignment“ (25 LE)	Melle	51
286/22	Fr, 15.07.2022 – So, 17.07.2022	Effektives Training für Hüfte, Knie und Sprunggelenke (15 LE)	Melle	83
013/22	Mo, 18.07.2022 – Do, 21.07.2022	Einstiegslehrgang	Melle	38
107/22	Mo, 18.07.2022 – Do, 21.07.2022	TurnCAMP	Clausthal-Zellerfeld	119
284/22	Fr, 22.07.2022 – So, 24.07.2022	Im Gleichgewicht mit Yoga-Praxis (15 LE)	Clausthal-Zellerfeld	83
056/22	Sa, 23.07.2022 – So, 24.07.2022	Aufbaulehrgang – Gesundheit (2. Lizenzstufe/45 LE)	Melle	78
413/22	So, 24.07.2022 – Do, 04.08.2022	SommerLehrgang – JuLeiCa	Baltrum	109
414/22	So, 24.07.2022 – Do, 04.08.2022	SommerLehrgang – Werkstatt	Baltrum	109
418/22	So, 24.07.2022 – Do, 04.08.2022	SommerLehrgang – Sport	Baltrum	109

JAHRESÜBERSICHTEN

August				
411/22	Sa, 06.08.2022 – Sa, 13.08.2022	SommerCamp (SoCa)	Baltrum	108
025/22	Mo, 08.08.2022 – Fr, 12.08.2022 Fr, 28.10.2022 – So, 30.10.2022	ÜL C Freizeit- und Breitensport – Kinderturnen (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	101
041/22	Fr, 12.08.2022 – Di, 16.08.2022 Fr, 07.10.2022 – So, 09.10.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Gerätturnen (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	118
343/22	Fr, 12.08.2022 – So, 14.08.2022	Tourenplanung am Smartphone	Melle	94
417/22	Mo, 14.08.2022 – Mo, 20.08.2022	SommerGeneration	Baltrum	110
344/22	Fr, 19.08.2022 – So, 21.08.2022	Radwandern im Wiehengebirge	Melle	94
093/22	Fr, 19.08.2022 – So, 21.08.2022 Do, 22.09.2022 – Sa, 24.09.2022	ÜL B `Sport in der Rehabilitation` - Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (2. Lizenzstufe/70 LE)	Melle	79
267/22	Fr, 26.08.2022 – So, 28.08.2022	Flexible Muskeln und bewusster Atem - Fließend älter werden (15LE)	Melle	82
713/22	Fr, 26.08.2022 – So, 28.08.2022	Weiterbildung zum/zur DTB-Yogalehrer/in – Supervision (20 LE)	Melle	51
708/22	Fr, 26.08.2022 – So, 28.08.2022	DTB-Kursleiter Yoga, Stufe 4 „Schritt für Schritt in die eigene Unterrichtspraxis – Yoga unterrichten und anleiten“ (25 LE)	Melle	50
026/22	Fr, 26.08.2022 – So, 28.08.2022 Fr, 09.09.2022 – So, 11.09.2022 Fr, 23.09.2022 – So, 25.09.2022 Fr, 07.10.2022 – So, 09.10.2022	ÜL C Freizeit- und Breitensport – Kinderturnen (1. Lizenzstufe/90 LE)	Hildesheim	101
756/22	Sa, 27.08.2022 – So, 28.08.2022	Kursleiter/in Meditation – Teil 3 (20 LE)	Kirchhatten	54
853/22	Sa, 27.08.2022	4XF Outdoor WODs und Natural Movements (8 LE)	Verden	96
854/22	So, 28.08.2022	Einweisung in das standardisierte Kursprogramm „Funktional trainieren und kräftigen“ (8 LE)	Verden	45
September				
081/22	Fr, 02.09.2022 – So, 04.09.2022 Fr, 14.10.2022 – So, 16.10.2022	ÜL B „Sport in der Prävention“ – „Allgemeines Gesundheitstraining“ Haltung & Bewegung/ Herz-Kreislaufsystem (2. Lizenzstufe/ 30 LE)	Hannover	78
112/22	Fr, 02.09.2022 – So, 04.09.2022	Fit-Gym Powerman	Melle	58
860/22	Sa, 03.09.2022	4XF Instructor/in Outdoor Fitcamp (10 LE)	Hannover	44
855/22	Sa, 03.09.2022	Rückentraining Ost West (8 LE)	Melle	61
859/22	Sa, 03.09.2022	Fatburner Step (8 LE)	Verden	65
861/22	So, 04.09.2022	Bewegen und Pflegen (8 LE)	Melle	61
862/22	So, 04.09.2022	Functional Stool – Hockergymnastik in völlig neuem Gewand (8 LE)	Verden	61
863/22	So, 04.09.2022	4XF Advanced Exercises (8 LE)	Hannover	44
039/22	Mo, 05.09.2022 – Fr, 09.09.2022 Fr, 28.10.2022 – So, 30.10.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport – Fitness-Aerobic (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	42
781b/22	Mo, 05.09.2022	Online-Marketing-Experte im Sportverein – MASTER I – Modul (4 LE)	Online-Veranstaltung	22/23
034/22	Fr, 09.09.2022 – So, 11.09.2022 Fr, 23.09.2022 – So, 25.09.2022 Fr, 11.11.2022 – So, 13.11.2022 Fr, 25.11.2022 – So, 27.11.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport - Fitness und Gesundheit Schwerpunkt Ältere (1. Lizenzstufe/90 LE)	Leer	42
074/22	Fr, 09.09.2022 – So, 11.09.2022	ÜL B „Sport in der Prävention“ – Gesundheitsförderung im Kinderturnen (2. Lizenzstufe/21 LE) / Reha-Zertifikat Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern (2. Lizenzstufe / 20 LE)	Melle	103
722/22	Sa, 10.09.2022	DTB-Fitnesstrainer/in Studio – Prüfung (10 LE)	Melle	47
236/22	Sa, 10.09.2022	Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (8LE)	Leer	81
451/22	Sa, 10.09.2022 – So, 11.09.2022	NTJ-Abenteuer: Klettern im Ith	Ith	106
714/22	Sa, 10.09.2022 – So, 11.09.2022	Stoffwechsel-Trainer (15 LE)	Online-Veranstaltung	54
864/22	Sa, 10.09.2022	Ganzheitliches Rücken- und Fitnessstraining 2022 (8 LE)	Verden	61
865/22	So, 11.09.2022	Rund um den Fuß (8 LE)	Verden	74
085/22	Mo, 12.09.2022 – Do, 15.09.2022	ÜL B „Sport in der Prävention“ – „Allgemeines Gesundheitstraining“ Haltung & Bewegung/ Herz-Kreislaufsystem; Schwerpunkt Ältere (2. Lizenzstufe/ 30 LE)	Melle	78
091/22	Mo, 12.09.2022 – Fr, 16.09.2022 Fr, 11.11.2022 – So, 13.11.2022	ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ – Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (2. Lizenzstufe/70LE)	Hannover	79
782b/22	Di, 13.09.2022	Online-Marketing-Experte im Sportverein – MASTER II – Modul (4 LE)	Online-Veranstaltung	22/23
014/22	Fr, 16.09.2022 – So, 18.09.2022 Fr, 23.09.2022 – So, 25.09.2022	Einstiegslehrgang	Verden	38
030/22	Fr, 16.09.2022 – So, 18.09.2022 Fr, 07.10.2022 – So, 09.10.2022 Sa, 05.11.2022 – So, 06.11.2022 Fr, 09.12.2022 – So, 11.12.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport - Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (1. Lizenzstufe/90 LE)	Jever	42
113/22	Fr, 16.09.2022 – So, 18.09.2022	Power auf Dauer	Melle	64
239/22	Sa, 17.09.2022 – So, 18.09.2022	Fortbildung Wirbelsäule - „Rücken pur mit Struktur“ (15LE)	Sottrum	81

866/22	Sa, 17.09.2022	Yin Yoga und restauratives Yoga (8 LE)	Hannover	69
892/22	Sa, 17.09.2022	Natural Movement (8 LE)	Melle	96
151/22	So, 18.09.2022 - Fr, 23.09.2022	Männer-Arbeitsfreizeit	Baltrum	97
867/22	So, 18.09.2022	Stille, Meditation und Entspannung (8 LE)	Hannover	72
893/22	So, 18.09.2022	Kettlebell-Training (8 LE)	Melle	63
703/22	Mo, 19.09.2022 - Mi, 21.09.2022	DTB-Trainer/in Pilates, Stufe 4 „Gesundheitsfördernd und vielfältig - Gesundheits-Know-how“ (25 LE)	Melle	53
780d/22	Di, 20.09.2022	Online-Marketing-Experte im Sportverein - Das BASIC- Modul (8 LE)		22/23
223/22	Fr, 23.09.2022 - So, 25.09.2022	Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (15LE)	Bad Bevensen	80
058/22	Fr, 23.09.2022 - So, 25.09.2022 Fr, 07.10.2022 - So, 09.10.2022	Aufbaulehrgang - Gesundheit (2. Lizenzstufe/45 LE)	Bad Bevensen	78
155/22	Fr, 30.09.2022 - Do, 06.10.2022	NTB Inselfreizeit 3 „Mit Spiel und Spaß aktiv sein“	Baltrum	97
Oktober				
037/22	Sa, 01.10.2022 - So, 02.10.2022 Fr, 11.11.2022 - Sa, 12.11.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport - Fitness und Gesundheit Schwerpunkt Ältere (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	42
868/22	Sa, 01.10.2022	Bodyweight Level-Training (8 LE)	Melle	63
869/22	So, 02.10.2022	Atmung - ein Weg zur Selbstheilung (8 LE)	Kirchhatten	72
870/22	So, 02.10.2022	Step Mix (8 LE)	Melle	64
709/22	Mo, 03.10.2022 - Mi, 05.10.2022	DTB-Kursleiter/in Yoga, Stufe 5 „Den Gipfel erklimmen - Supervisionskurs“ (20 LE)	Melle	50
871/22	Mo, 03.10.2022	Das Leben leben aus der Sicht eines Yogis (8 LE)	Kirchhatten	69
345/22	Fr, 07.10.2022 - So, 09.10.2022	Wandern im Grönegau - Sanfte Hügellandschaften entdecken	Melle	94
458/22	Fr, 07.10.2022 - So, 09.10.2022	NTJ-Abenteurer: Geocaching	Baltrum	107
872/22	Sa, 08.10.2022	4XF Functional Bodybuilding und Kraftaufbau nach Jim Wendler 5/3/1 (8 LE)	Hannover	44
873/22	Sa, 08.10.2022	Faszienyoga (8 LE)	Verden	68
133/22	So, 09.10.2022 - Fr, 14.10.2022	Älter werden eine Lebensaufgabe (15 LE)	Baltrum	59
874/22	So, 09.10.2022	4XF Instructor/in ToughClass (10 LE)	Hannover	45
875/22	So, 09.10.2022	Pilates Prä - und Postnatal (8 LE)	Verden	67
723a/22	Mo, 10.10.2022 - Mi, 12.10.2022	DTB-Master-Fitnesstrainer/in Studio - Functional Fitness & Athletik (25 LE)	Melle	47
108d/22	Di, 11.10.2022	Online Schulung Turn-Tutorial - Balkentraining	Online-Veranstaltung	119
723b/22	Mi, 12.10.2022 - Fr, 14.10.2022	DTB-Master-Fitnesstrainer/in Studio - Gesundheitstraining & Prävention (25 LE)	Melle	47
237/22	Sa, 15.10.2022	Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (8LE)	Elsfleth	81
737b/22	Sa, 15.10.2022 - So, 16.10.2022	KAHA® Instructor/in (15 LE)	Melle	48
156/22	Mo, 17.10.2022 - Sa, 22.10.2022	NTB Inselfreizeit 4 „Nach den Kindern, vor der Rente - Sport und Freizeit für Körper und Seele“	Baltrum	97
015/22	Mo, 17.10.2022 - Do, 20.10.2022	Einstiegslehrgang	Wolfsburg	38
031/22	Mo, 17.10.2022 - Fr, 21.10.2022 Mi, 14.12.2022 - Fr, 16.12.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport - Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	42
402-5/22	Mi, 19.10.2022 - So, 23.10.2022	TujuTreff		112
330a/22	Mi, 19.10.2022 - Fr, 21.10.2022 Do, 20.10.2022 - Sa, 29.10.2022	SoJu - Ergänzungslehrgang Ski-Übungsleiter Grundstufe & Trainer C im Breitensport - Fitness und Gesundheit Natursport Winter (Ski)	Schnals - Südtirol	92
330b/22	Do, 20.10.2022 - Sa, 29.10.2022	Snowboard-Übungsleiter Grundstufe & Trainer C im Breitensport - Fitness und Gesundheit Natursport Winter	Schnals - Südtirol	92
402-3/22	Fr, 21.10.2022 - So, 23.10.2022	TujuTreff (Short-Version)		112
042/22	Fr, 21.10.2022 - Di, 25.10.2022 Fr, 09.12.2022 - So, 11.12.2022	Trainer C Freizeit- und Breitensport - Gerätturnen (1. Lizenzstufe/90 LE)	Melle	118
288/22	Fr, 21.10.2022 - So, 23.10.2022	Feldenkrais im Gesundheitssport (15 LE)	Melle	83
172/22	Sa, 22.10.2022 - Do, 27.10.2022	NTB Familienfreizeit „Sturmfest an Düne, Strand und Meer“	Baltrum	97
331a/22	Sa, 22.10.2022	Fortbildung für Trainer C im Breitensport Fitness & Gesundheit - Natursport Winter bzw. Übungsleiter Grundstufe - Ski	Schnals - Südtirol	93
331b/22	Sa, 22.10.2022	Fortbildung für Trainer C im Breitensport Fitness & Gesundheit - Natursport Winter bzw. Übungsleiter Grundstufe - Snowboard	Schnals - Südtirol	93
333a/22	Sa, 22.10.2022 - Sa, 29.10.2022	Qualifikation Ski - Lernfeld Eis & Schnee - Schneesport an der Schule	Schnals - Südtirol	92
333b/22	Sa, 22.10.2022 - Sa, 29.10.2022	Qualifikation Snowboard - Lernfeld Eis & Schnee - Schneesport an der Schule	Schnals - Südtirol	92
334a/22	Sa, 22.10.2022 - Sa, 29.10.2022	Fortbildung Ski - Lernfeld Eis & Schnee - Schneesport an der Schule	Schnals - Südtirol	93
334b/22	Sa, 22.10.2022 - Sa, 29.10.2022	Fortbildung Snowboard - Lernfeld Eis & Schnee - Schneesport an der Schule	Schnals - Südtirol	93
876/22	Sa, 22.10.2022	Drums Alive® Kids Beats (8 LE)	Melle	73
877/22	So, 23.10.2022	Fit Clixx powered by DrumsAlive® (8 LE)	Melle	65
016/22	Mo, 24.10.2022 - Do, 27.10.2022	Einstiegslehrgang	Melle	38

JAHRESÜBERSICHTEN

332a/22	Di, 25.10.2022 – Sa, 29.10.2022	Fortbildung für Trainer C im Breitensport Fitness & Gesundheit - Natursport Winter bzw. Übungsleiter Grundstufe - Ski (Kompaktkurs)	Schnals - Südtirol	93
332b/22	Di, 25.10.2022 – Sa, 29.10.2022	Fortbildung für Trainer C im Breitensport Fitness & Gesundheit - Natursport Winter bzw. Übungsleiter Grundstufe - Snowboard (Kompaktkurs)	Schnals - Südtirol	93
120/22	Fr, 28.10.2022 – So, 30.10.2022	Treffpunkt Choreografie 2022	Melle	89
November				
473b/22	Fr, 04.11.2022 – So, 06.11.2022	Baltrumer Spieltage	Baltrum	115
017/22	Fr, 04.11.2022 – So, 06.11.2022 Fr, 18.11.2022 – So, 20.11.2022	Einstiegslehrgang	Westerstede	38
094/22	Fr, 04.11.2022 – So, 06.11.2022 Fr, 18.11.2022 – So, 20.11.2022 Fr, 17.02.2023 – So, 19.02.2023	ÜL B „Sport in der Rehabilitation“ - Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/ Sport bei Osteoporose	Verden	79
114/22	Fr, 04.11.2022 – So, 06.11.2022	Tanzen was das Zeug hält	Melle	89
248/22	Fr, 04.11.2022 – So, 06.11.2022	Lust auf Traumreisen (15LE)	Bad Bevensen	82
282/22	Fr, 04.11.2022 – So, 06.11.2022	Faszien: Gleichgewicht und Koordination	Clausthal-Zellerfeld	83
292/22	Fr, 04.11.2022 – So, 06.11.2022	Atmung und Immunologie (15 LE)	Clausthal-Zellerfeld	94
740b/22	Sa, 05.11.2022 – So, 06.11.2022	4XF Instructor/in CrossTraining (20 LE)	Hannover	43
222/22	Sa, 05.11.2022 – So, 06.11.2022	Sport in Herzgruppen/Sport bei Diabetes (15LE)	Hannover	80
059/22	Mo, 07.11.2022 – Fr, 11.11.2022	Aufbaulehrgang - Gesundheit (2. Lizenzstufe/45 LE)	Melle	78
108e/22	Di, 08.11.2022	Online Schulung Turn-Tutorial - Bodentraining	Online-Veranstaltung	119
479b/22	Fr, 11.11.2022 – So, 13.11.2022	Tuju-Wirtschaftslehrgang	Baltrum	110
754c/22	Sa, 12.11.2022 – So, 13.11.2022	Kursleiter/in Meditation - Teil 1 (20 LE)	Melle	54
878/22	Sa, 12.11.2022	Pilates – mit Beweglichkeit fortgeschrittene Übungen meistern (8 LE)	Verden	67
880/22	So, 13.11.2022	Ernährung: Abnehmen und Gewicht halten (8 LE)	Online-Veranstaltung	74
881/22	So, 13.11.2022	Pilates – Standfest (8 LE)	Verden	67
018/22	Mo, 14.11.2022 – Do, 17.11.2022	Einstiegslehrgang	Melle	38
782c/22	Mi, 16.11.2022	Online-Marketing-Experte im Sportverein - MASTER II - Modul (4 LE)	Online-Veranstaltung	22/23
760d/22	Fr, 18.11.2022 – So, 20.11.2022	Mastermodul Yoga & Philosophie: Supervision (25 LE)	Melle	51
265/22	Fr, 18.11.2022 – So, 20.11.2022	Das Kraft- und Energiezentrum Beckenboden (15LE)	Melle	82
466/22	Fr, 18.11.2022 – So, 20.11.2022	NTJ-Tanzlehrgang Streetculture	Buchholz	114
019/22	Sa, 19.11.2022 – So, 20.11.2022 Sa, 26.11.2022 – So, 27.11.2022	Einstiegslehrgang	Hildesheim	38
052/22	Sa, 19.11.2022	Basislehrgang Gesundheitssport (2. Lizenzstufe/30 LE)	Melle	78
882/22	Sa, 19.11.2022	Yoga Practice Day (8 LE)	Hannover	69
883/22	Sa, 19.11.2022	Die Welt der Intervalle (8 LE)	Melle	65
884/22	So, 20.11.2022	Yoga meets Pilates	Hannover	67
885/22	So, 20.11.2022	Funktionelle/Fortgeschrittene Trainingsprogramme im FitnessStudio (8 LE)	Melle	63
704/22	Mo, 21.11.2022 – Mi, 23.11.2022	DTB-Trainer/in Pilates, Stufe 5 „Das Ziel vor Augen – Supervisionskurs“ (20 LE)	Melle	53
231/22	Fr, 25.11.2022 – So, 27.11.2022	Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (15LE)	Clausthal-Zellerfeld	81
233/22	Fr, 25.11.2022 – So, 27.11.2022	Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Sport bei Osteoporose (15LE)	Melle	81
886/22	Sa, 26.11.2022	Ganzheitliches Rücken- und Fitnesstraining 2022 (8 LE)	Online-Veranstaltung	61
887/22	So, 27.11.2022	Pilates Variationen 2022 (8 LE)	Online-Veranstaltung	66
725b/22	Mo, 28.11.2022 – Mi, 30.11.2022	DTB-Kursleiter/in Beckenboden (25 LE)	Melle	85
Dezember				
101/22	Fr, 02.12.2022 – So, 04.12.2022	Workshop Kinderturnen	Melle	104
271/22	Fr, 02.12.2022 – So, 04.12.2022	Fortbildung Gesundheitsförderung im Kinderturnen/Reha-Sport für Kinder (15 LE)	Melle	103
723c/22	Sa, 03.12.2022	DTB-Master-Fitnesstrainer/in Studio – Prüfung (10 LE)	Melle	47
888/22	Sa, 03.12.2022	4XF Lang- und Kurzhanteltraining (8 LE)	Hannover	45
889/22	So, 04.12.2022	4XF Athletik für Mannschaften und Einzelpersonen (8 LE)	Hannover	45
111/22	Mo, 05.12.2022 – Fr, 09.12.2022	Well + Fit – eine Woche für Frauen	Melle	58
291/22	Sa, 10.12.2022 – So, 11.12.2022	Einführung in die Geheimnisse des Taiji (15 LE)	Barsinghausen	84
890/22	Sa, 10.12.2022	Immun Booster Workout (8 LE)	Verden	60
891/22	So, 11.12.2022	Wirbelsäulengymnastik – „Strecker-Ketten“ (8 LE)	Verden	61
108f/22	Di, 13.12.2022	Online Schulung Turn-Tutorial - Salti Grundlagen	Online-Veranstaltung	119

Niedersächsischer Turner-Bund

Geschäftsstelle

Maschstraße 18 · 30169 Hannover | Postfach 44 09 · 30044 Hannover

☎ (0511) 980 97-0 📠 (0511) 980 97-12

✉ info@NTBwelt.de

**Geschäftsführer Verbandsentwicklung
und Sprecher der Geschäftsleitung: Marcus Trienen**
Geschäftsführer Vereinsentwicklung: Olaf Jähner

Landesturnschule

Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 16 · 49324 Melle

☎ (05422) 94 91-0 📠 (05422) 94 91-24

✉ LTS@NTBwelt.de

Bildungsberatung

☎ (05422) 94 91-0 📠 bildungsberatung@NTBwelt.de

Ticketservice

☎ (0511) 980 97 98 📠 Ticketservice@NTBwelt.de

Jugendbildungsstätte

Postfach 11 20 · 26574 Baltrum

☎ (04941) 991164 📠 (04941) 991165

✉ Margret.Tobiassen@NTBwelt.de

Niedersächsische Turnerjugend

Maschstraße 18 · 30169 Hannover

☎ (0511) 980 97-72 📠 (0511) 980 97-24 ✉ info@ntj.de

Turn- und Sportfördergesellschaft mbH

Maschstr. 18 · 30169 Hannover

☎ (0511) 980 97-98 ✉ akademie@NTBwelt.de

Geschäftsführer: Wolfram Wehr-Reinhold

Niedersächsische Kinderturnstiftung

Maschstraße 18 · 30169 Hannover

☎ (0511) 980 97-55 📠 info@Kinderturnstiftung-Nds.de

Geschäftsbereich Vereinsentwicklung

Geschäftsführer: Olaf Jähner

Bildung

Leitung: Jörg Ide

✉ Joerg.Ide@NTBwelt.de

Tim Westerhold

Bildungsreferent Gesundheitssport

☎ (05422) 94 91-17

✉ Tim.Westerhold@NTBwelt.de

Sven Kammeyer

Bildungsreferent Fitness

Bildungsreferent Tanz, Vorführungen
und Bewegungskunst

☎ (05422) 94 91-14

✉ Sven.Kammeyer@NTBwelt.de

Alessandro Domscheit

Jugendbildungsreferent der
Niedersächsischen Turnerjugend

☎ (05422) 94 91-22

✉ Alessandro.Domscheit@NTBwelt.de

Jörg Ide

Bildungsreferent Natur Erlebnis

Bildungsreferent überfachliche Bildung

☎ (05422) 94 91-33

✉ Joerg.ide@NTBwelt.de

Christina Bansemer

Bildungsreferentin Bezirk Braunschweig
Sandweg 5 · 37083 Göttingen

☎ (05573) 95 99 660

✉ Christina.Bansemer@NTBwelt.de

Roy de Meij

Bildungsreferent Bezirk Lüneburg
Bahnhofstraße 1 · 21279 Drestedt

☎ (0176) 17610042

✉ Roy.deMeij@NTBwelt.de

Udo Springer

Bildungsreferent Bezirk Hannover

Wielandstraße 2a · 31228 Peine

☎ (05171) 10689

✉ Udo.Springer@NTBwelt.de

Dagmar Schnelle

Bildungsreferentin Bezirk Weser-Ems

Schulstraße 11 · 28816 Stuhr-Varrel

☎ (04221) 9463565

✉ Dagmar.Schnelle@NTBwelt.de

Bildungshäuser und Verwaltung

Leitung: **Beate Holzgrefe**

✉ Beate.Holzgrefe@NTBwelt.de

Christoph Steinke

Einrichtungs-
und Verwaltungsmanagement

☎ (05422) 94 91-37

✉ Christoph.Steinke@NTBwelt.de

Ferah Aslan

Teilnehmermanagement
Freizeit- und Breitensport, ÜL-Lizenzen,
1. Lizenzstufe

☎ (05422) 94 91-12

✉ Ferah.Aslan@NTBwelt.de

Evelyne Hoffmann

Teilnehmermanagement
Gesundheitssport, ÜL-Lizenzen
2. Lizenzstufe

☎ (05422) 94 91-11

✉ Evelyne.Hoffmann@NTBwelt.de

Olga Lindhorst

Pia Siegmund

Teilnehmermanagement
DTB-Akademie und TSF-Akademie

☎ (0511) 980 97-96

✉ akademie@NTBwelt.de

NTJ-Büro

Teilnehmermanagement
Niedersächsische Turnerjugend

☎ (0511) 980 97-74

✉ info@ntj.de

Cora Thiebach

Pluspunkt Gesundheit, DTB,
Rehabilitationssport

☎ (05422) 94 91-34

✉ Cora.Thiebach@NTBwelt.de

Entwicklung, Strategie & Projekte

Leitung: **Sebastian Gräber**

✉ Sebastian.Graeber@NTBwelt.de

Tina Pfitzner

Gesund und mobil älter werden

☎ (05422) 94 91-39

✉ Tina.Pfitzner@NTBwelt.de

Uschi Selchow

Gesund und mobil älter werden

☎ (05422) 94 91-38

✉ Uschi.Selchow@NTBwelt.de

Micha Nesemeyer

Gesunder Turnverein Niedersachsen

☎ (05244) 94 91-28

✉ Micha.Nesemeyer@NTBwelt.de

Claudia Nolden

Gesunder Turnverein Niedersachsen

☎ (05244) 94 91-29

✉ Claudia.Nolden@NTBwelt.de

Vereinservice

Leitung: **Dirk Platta**

✉ Dirk.Platta@NTBwelt.de

Michael Fehst

Koordinator Vereinservice

☎ (0151) 70166288

✉ Michael.Fehst@NTBwelt.de

Petra Pape

Koordinatorin Vereinservice

☎ (0176) 17610040

✉ Petra.Pape@NTBwelt.de

Bernd Knapen

Vereinsverwaltung/ Ehrungen
Materialverleih

☎ (0511) 980 97-36

✉ Bernd.Knapen@NTBwelt.de

GYMWELT-Zentrale*

Hotline

☎ (0511) 980 97-44

✉ GYMWELT@NTBwelt.de

* *Auskünfte zur Aus- und Fortbildung:
Bildungsberatung@NTBwelt.de*

Jennifer Knake

Freiwilligenmanagement

☎ (0511) 980 97-26

✉ Jennifer.Knake@NTBwelt.de

Tina Bördner

Markenzeichen Bewegungskindergarten

☎ (0511) 980 97-25

✉ Tina.Boerdner@NTBwelt.de

Geschäftsbereich Verbandsentwicklung

Geschäftsführer: Marcus Trienen

Präsidential- und Geschäftsleitungsbüro

Maik Lapsins

Leitung

☎ (0511) 980 97-11

✉ Maik.Lapsins@NTBwelt.de

Petra Riebling

Konferenz der LFV

☎ (0511) 980 97-14

✉ Petra.Riebling@NTBwelt.de

Finanzen & Verwaltung

Gerd Garbers

Leitung

☎ (0511) 980 97-54

✉ Gerd.Garbers@NTBwelt.de

Michaela Elvers

Buchhaltung

☎ (0511) 980 97-23

✉ Michaela.Elvers@NTBwelt.de

Andrea Teubner

Buchhaltung

☎ (0511) 980 97-23

✉ Andrea.Teubner@NTBwelt.de

Silka Schwiegerling

Fachgebiete & Turnkreise

☎ (0511) 980 97-21

✉ Silka.Schwiegerling@NTBwelt.de

Kommunikation

Michael Bauer

Leitung Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

☎ (0511) 980 97-40

✉ Michael.Bauer@NTBwelt.de

Marco Müller

Leitung Marketing

☎ (0511) 980 97-65

✉ Marco.Mueller@NTBwelt.de

Jana Borchering

Social Media

☎ (0511) 980 97-97

✉ Jana.Borchering@NTBwelt.de

Heike Werner

Redaktion TURNWELT

☎ (0511) 980 97-41

✉ Heike.Werner@NTBwelt.de

Manuela Koch

Aboverwaltung TURNWELT

☎ (0511) 980 97-27

✉ Manuela.Koch@NTBwelt.de

Olympischer Spitzensport/Sportarten

Katharina Preinfalk

Leitung

☎ (0511) 980 97-39

✉ Katharina.Preinfalk@NTBwelt.de

Jana Fabig

Turnsport

☎ (0511) 980 97-39

✉ Jana.Fabig@NTBwelt.de

Manuela Koch

Passwesen

☎ (0511) 980 97-27

✉ Manuela.Koch@NTBwelt.de

Auf dem Landesturntag am 30.10.2021 stand eine Satzungsänderung an. Diese kann, je nach Beschluss, Einfluss auf diese Darstellung haben und lag bei Drucklegung des Jahresprogramms noch nicht vor.

Funktionsträgerinnen und Funktionsträger

Präsidium

Präsident

Heiner Bartling
E-Mail: Praesidialbuero@NTBwelt.de

Vizepräsident

Lutz Alefsen
Tel.: (0441) 57032976
E-Mail: Lutz.Alefsen@NTBwelt.de

Vizepräsident

Clemens Reinhold
Tel.: (05121) 962042
E-Mail: Clemens.Reinhold@NTBwelt.de

Vizepräsident

Christoph Hannig
Tel.+Fax: (05594) 93133
E-Mail: Topfi.Hannig@gmx.de

Vizepräsident

Carsten Röhrbein
E-Mail: Carsten.Roehrbein@NTBwelt.de

Vizepräsidentin

Prof.in Dr.in Dörte Heueveldop
E-Mail: Doerte.Heueveldop@web.de

Vizepräsidentin

Tina Pfitzner
Tel.: (0531) 873365
E-Mail: Tina.Pfitzner@NTBwelt.de

Vorsitzende Turnerjugend

Svenja Neise
Tel.: (0511) 3882522
E-Mail: Svenja.Neise@ntj.de

Mit beratender Stimme

Sprecher der Geschäftsleitung

Marcus Trienen
Tel.: (0511) 98097-0
E-Mail: Marcus.Trienen@NTBwelt.de

Geschäftsführer Vereinsentwicklung

Olaf Jähner
Tel.: (0511) 98097-0
E-Mail: Olaf.Jaehner@NTBwelt.de

Geschäftsführer Turn- und Sportfördergesellschaft

(Gast)
Wolfram Wehr-Reinhold
Tel.: (0511) 98097-0
E-Mail: Wolfram.Wehr@NTBwelt.de

Vorstand der Turnerjugend

Vorsitzende

Svenja Neise
E-Mail: Svenja.Neise@ntj.de

Vorsitzende

Mathild Niemeyer
E-Mail: Mathild.Niemeyer@ntj.de

Stellv. Vorsitzende Mitarbeit

Lea Ahlers
E-Mail: Lea.Ahlers@ntj.de

Stellv. Vorsitzender Kommunikation

Leonard Döring
E-Mail: Leonard.Doering@ntj.de

Stellv. Vorsitzender Jugend

Vitali Sidorenko
E-Mail: Vitali.Sidorenko@ntj.de

Stellv. Vorsitzende Kinder

Kira Wrede
E-Mail: Kira.Wrede@ntj.de

Mit beratender Stimme

Geschäftsführer Vereinsentwicklung

Olaf Jähner
Tel.: (0511) 98097-0
E-Mail: Olaf.Jaehner@NTBwelt.de

Leiterin der Jugendbildungsstätte

Tina Weßling
E-Mail: Tina.Wessling@NTBwelt.de

Jugendbildungsreferent

Alessandro Domscheit
Tel.: (05422) 9491-22
E-Mail: Alessandro.Domscheit@NTBwelt.de

Beauftragte der Turnerjugend

Beauftragter AK Tuju-Treff

Markus Neufang
E-Mail: Markus.Neufang@ntj.de

Beauftragte TGM/TGM/SGW

Svenja Neise
E-Mail: Svenja.Neise@ntj.de

Beauftragter AK Abenteuersport

Lars Boschan
E-Mail: Lars.Boschan@ntj.de

Beauftragter AK Lehrarbeit

Matthias Meinert
E-Mail: Matthias.Meinert@ntj.de

Beauftragter AK Sommer

Matthias Rolf
E-Mail: Matthias.Rolf@ntj.de

Beauftragte Förderverein Baltrum

Tamara Hafer
E-Mail: Tamara.Hafer@ntj.de

Beauftragter NTJ-Einrad

Lars Weselmann
E-Mail: Lars.Weselmann@ntj.de

Beauftragter Social Media

Mika Wrede
E-Mail: Mika.Wrede@ntj.de

Beauftragte Turntigger

Anna-Lena Wächter
E-Mail: Anna-Lena.Waechter@ntj.de

Allgemeines Turnen

Vorsitzender Breiten- und Freizeitsport

Karsten Budde
Tel.: (05143) 911626
E-Mail: Karsten.Budde@gmx.de

Vorsitzender Gesundheitssport

Dr. Hans-Herbert Langer
Tel.: (04102) 692887
E-Mail: Hans@Langer-gh.de

Vorsitzende Spiele

Caterina Hillbrecht
Tel.: (05102) 1725
E-Mail: Caterina.Hillbrecht@outlook.de

Landesturnwarte

Erwachsene

Juliane Schattauer
Tel.: (04751) 900216
E-Mail: Juliane.Schattauer@web.de

Beauftragte/r Familienturnen

N.N.

Ältere

Tina Pfitzner
Tel.: (0531) 873365
E-Mail: Tina.Pfitzner@arcor.de

Landesfachwarte

Aerobicturnen

Stefanie Otto
Tel.: (05085) 971575
E-Mail: die_Ottos@web.de

Faustball

Bernd Schnackenberg
Tel.: (04166) 7476
E-Mail: BerndSchnackenberg@t-online.de

Freizeitspiele

Petra Heller
Tel.: (05172) 54 90
E-Mail: PetraHeller@gmx.de

Gerätturnen Männer

André Bödeker
Tel.: (05751) 919093
E-Mail: Andre.Boedeker@hotmail.de

Gerätturnen Frauen

Friederike Langer
Tel.: (05193) 50218
E-Mail: bezirkigtturnen@t-online.de

Gymnastik

Claudia Volk
Tel.: (04431) 72427
E-Mail: Claudia.Volk@ewetel.net

Indiaca

Knut Balzer
E-Mail: KnBa@ewetel.net

Korbball

Ralf Hillbrecht
Tel.: (05102) 1725
E-Mail: Ralf.Hillbrecht@freenet.de

Mehrkämpfe

Frank Winter
Tel.: (0176) 43255573
E-Mail: Frank.Winter1@gmx.net

Musik

Rosi Gehrman
Tel.: (04936) 2438
E-Mail: Rosi.Gehrman@ntb-musik.de

Orientierungslauf

Eike Bruns
Tel.: (05322) 9509999
E-Mail: lfw@ntb-ol.de

Prellball

Detlef Spieler
Tel.: (0511) 469401
E-Mail: Detlef.Spieler@htp-tel.de

Rhythmische Sportgymnastik

Birgit Beiße
Tel.: (0421) 8355144
E-Mail: Birgit.Beiße@nord-com.net

Rhönradturnen

Simone Budde
Tel.: (04131) 83530
E-Mail: Simone.Budde@arcor.de

Ringtennis

Stephan Rommel
Tel.: (05904) 963637
E-Mail: Stephan.Rommel@web.de

Rope Skipping

Uwe Nielsen
Tel.: (04131) 840519
E-Mail: Anja-Uwe.Nielsen@t-online.de

Schleuderballspiel

Bernd Tapkenhinrichs
Tel.: (04454) 948815
E-Mail: Bernd.Tapkenhinrichs@ewetel.net

Schneesport

Christine Oldenburg
Tel.: (05103) 7853 · E-Mail: lfw@ntb-schnee.de

Sportakrobatik

Manuel Karczmarzyk
Tel.: (04407) 979835 · E-Mail: Karczmarzyk@ewetel.net

TGM/TGW

Svenja Neise
Tel.: (0511) 3882522 · E-Mail: Svenja.Neise@ntj.de

Trampolinturnen

Carsten Röhrbein
E-Mail: Carsten.Roehrbein@NTBwelt.de

Völkerball

Annica Wollny
Tel.: (04931) 9552282
E-Mail: Wollny-Annica@web.de

Vorfürungen

N.N.

Wandern

N.N.

Beauftragte

Anti-Doping

Friederike Langer
Tel.: (05193) 50218
E-Mail: bezirkltgturnen@t-online.de

Schutz vor sexualisierter Gewalt im NTB

Prof.in Dr.in Dörte Heüveldop
E-Mail: Doerte.Heueveldop@web.de

Clemens Reinhold

Tel.: (05121) 962042
E-Mail: Clemens.Reinhold@NTBwelt.de

Turnbezirk Braunschweig

Vorsitzende

Evelyn Münnich-Probst
Tel.: (05383) 8593
E-Mail: Evelyn.Muennich-Probst@gmx.de

Vorsitzende Turnkreis Braunschweig

Ursula Blume
Tel.: (0531) 2906440 · E-Mail: U-Blume@t-online.de

Komm. Vorsitzender Turnkreis Gifhorn

Joachim Schiweck
Tel.: (05371) 73133 · E-Mail: JoSchick@gmx.net

Komm. Vorsitzende Turnkreis Goslar-Salzgitter

Inge Friede
E-Mail: Inge.Friede@gmx.de

Vorsitzender Turnkreis Göttingen

Uwe Bartram
Tel.: (05594) 1262
E-Mail: Bartram.Uwe@t-online.de

Vorsitzender Turnkreis Helmstedt

Horst Sievers
Tel.: (05308) 1016 · E-Mail: Sievers.H@t-online.de

Vorsitzender Turnkreis Northeim-Einbeck

Heinz-Willi Elter
Tel.: (05563) 7292 · E-Mail: H.W.Elter@gmx.de

Vorsitzende Turnkreis Osterode

Helga Maaß
Tel.: (05521) 4895
E-Mail: Maassntb@kabelmail.de

Vorsitzender Turnkreis Peine

Klaus Wagener
Tel.: (05171) 55712
E-Mail: Klaus.Wagener.Peine@t-online.de

Vorsitzender Turnkreis Wolfenbüttel

Rudolf Stein
Tel.: (05331) 29537
E-Mail: Rudolf-sport-Stein@t-online.de

Vorsitzende Turnkreis Wolfsburg

Gitti Fahse
Tel.: (05308) 4967
E-Mail: G.Fahse@gmx.de

Turnbezirk Hannover

Vorsitzender

Jürgen Harfst
Tel.: (05031) 16363
E-Mail: JHarfst@t-online.de

Vorsitzende Turnkreis Diepholz

Brigitte Nobis-Meyer
Tel.: (04243) 8995
E-Mail: Nobis-Meyer@kabelmail.de

Vorsitzender Turnkreis Hameln-Pyrmont

Wolfram Wittkopp
Tel.: (05151) 52031
E-Mail: Wolfram-Wittkopp@t-online.de

Vorsitzender Turnkreis Hannover-Stadt

Arne Borstelmann
Tel.: (0511) 7600316
E-Mail: Borstelmann@mtv-gb.de

Vorsitzender Turnkreis Hannover-Land

Jürgen Harfst
Tel.: (05031) 16363
E-Mail: JHarfst@t-online.de

Vorsitzender Turnkreis Hildesheim-Alfeld

Matthias Aschmann
Tel.: (05181) 25829
E-Mail: MASchm6987@aol.com

Ansprechpartnerin Turnkreis Holzminden

Rosemarie Mai
Tel.: (05533) 1847
E-Mail: rosemariemai@web.de

Vorsitzender Turnkreis Nienburg

Helmut Lange
Tel.: (05761) 2511
E-Mail: Helmut-Lange-sto@t-online.de

Vorsitzender Turnkreis Schaumburg

André Bödeker
Tel.: (05751) 919093
E-Mail: Andre.Boedeker@hotmail.de

Turnbezirk Lüneburg

Vorsitzender

Jens Banehr
Tel.: (04293) 1672
E-Mail: Jens.Banehr@web.de

Vorsitzende Turnkreis Celle

Gunda Thielecke
Tel.: (05143) 499957
E-Mail: Vorstand@Turnkreis-Celle.de

Vorsitzende Turnkreis Cuxhaven

Juliane Schattauer
Tel.: (04751) 900216
E-Mail: Juliane.Schattauer@web.de

Vorsitzender Turnkreis Harburg

Bernhard Wolf
Tel.: (04171) 2748
E-Mail: BerndWolf.winsen@gmx.de

Vorsitzende Turnkreis Heidekreis

Friederike Langer
Tel.: (05193) 50218
E-Mail: bezirkltgturnen@t-online.de

Vorsitzende Turnkreis Lüchow-Dannenberg

Sabine Wulf
Tel.: (0176) 53095331
E-Mail: Bine.Wulf@t-online.de

Vorsitzende Turnkreis Lüneburg

Annegret Meyer
Tel.: (04131) 79545
E-Mail: MeyerAmlg@t-online.de

Vorsitzender Turnkreis Osterholz

Albert Heitmann
Tel.: (04792) 1339
E-Mail: Albert.Heitmann@ewetel.net

Vorstand Turnkreis Rotenburg

Gerda Lütjen
Tel.: (04761) 8719755
E-Mail: turnkreis.rotenburg@tk-row.de

Vorsitzender Turnkreis Stade

Bernhard-Josef Lindner
Tel.: (04142) 8119953
E-Mail: BeJoLi@t-online.de

Vorsitzende Turnkreis Uelzen
Gudrun Garbe-Köhnecke
Tel.: (05824) 1641
E-Mail: Gudrun.Koehnecke@hotmail.de

Vorsitzender Turnkreis Verden
Jens Banehr
Tel.: (04293) 1672
E-Mail: Jens.Banehr@web.de

Turnbezirk Weser-Ems
Vorsitzender
Heinz-Dieter Scherler
Tel.: (0541) 430635
E-Mail: Heinz-Dieter.Scherler@gmx.net

Vorsitzende Turnkreis Ammerland
Karin Schmalriede
Tel.: (04402) 974546
E-Mail: Karin.Schmalriede@ewetel.net

Vorsitzende Turnkreis Aurich
Ilona Standke
Tel.: (04944) 920882
E-Mail: ilona711@gmx.de

Kontakt Turnkreis Grafschaft Bentheim
Stefan Slagelambers
Tel.: (0157) 54031883
E-Mail: malemast@kabelmail.de

Vorsitzende Turnkreis Cloppenburg
Sabine Hinxlage
Tel.: (04471) 7514
E-Mail: S.Hinx@web.de

Vorsitzende Turnkreis Delmenhorst
Tina Gellner
Tel.: (0173) 1612853
E-Mail: TiGel@gmx.de

Vorsitzender Turnkreis Emden
Rainer Spiewack
Tel.: (04925) 1789
E-Mail: Rainer.Spiewack@gmx.de

Vorsitzende Turnkreis Emsland
Helga Lehrmann
Tel.: (05934) 1512
E-Mail: Lehrmann@Turnkreis-Emsland.de

Vorsitzende Turnkreis Friesland-Wilhelmshaven
Doris Beyer
Tel.: (04421) 501347
E-Mail: DorisBeyer10@gmail.com

Vorsitzender Turnkreis Leer
Frank Schüür
Tel.: (0491) 9711690
E-Mail: Frank.Schueuer@t-online.de

Vorsitzender Turnkreis Oldenburg-Stadt
Manfred Knigge
Tel.: (04402) 84346
E-Mail: Knigge.Manfred@t-online.de

Vorsitzende Turnkreis Oldenburg-Land
Sabina Zoller
Tel.: (0441) 77083219
E-Mail: turnkreis-oldenburg-land@Sabina-Zoller.de

Vorsitzender Turnkreis Osnabrück-Stadt
Heinz-Dieter Scherler
Tel.: (0541) 430635
E-Mail: tk-os-stadt@gmx.de

Vorsitzende Turnkreis Osnabrück-Land
Marlies Pohlmann
Tel.: (05409) 4161
E-Mail: Marlies-Pohlmann@web.de

Vorsitzender Turnkreis Vechta
Heinrich Holzenkamp
Tel.: (04441) 83844
E-Mail: HHolzenkamp@t-online.de

Vorsitzende Turnkreis Wesermarsch
Franziska Brockpähler
Tel.: (04733) 8127
E-Mail: Franziska.Brockpaehler@ewetel.net

Vorsitzender Turnkreis Wittmund
Jörn Lumpe
Tel.: (04462) 3480
E-Mail: Joern.Lumpe@ewetel.net

**#SPORT
VEREINT
UNS**



Das NTB BildungsPortal bietet Dir:

- Ampelfunktion zur Anzeige der freien Lehrgangsplätze
- Suchfunktion für Themen, Veranstaltungsorte und Referierende
- Hinweise zu Zusatz- und Ersatzkursen
- Unverbindliche Buchungsbestätigung per Mail
- überall und jederzeit verfügbar
- einfache Online-Lehrgangsanmeldung durch benutzerfreundliches System
- alle Angebote auf einem Blick
- Übersicht der eigenen Buchungen im Benutzerkonto
- Buchungsbestätigung als PDF-Download

Bei der Online-Meldung ersetzt der sogenannte NTB-Rabattcode des Vereins den Vereinsstempel. Der NTB-Rabattcode geht dem Verein mit der NTB-Mitgliedsrechnung zu.

www.ntbwelt.de/bildung/faq





SPORT-THIEME

Partner des
NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

SCHULSPORT • VEREINSSPORT • FITNESS • THERAPIE

Sport-Thieme ist **seit über 70 Jahren** in Deutschlands Sportstätten zu Hause. Mittlerweile profitieren Sport-Thieme Kunden europaweit von dem **umfangreichen Qualitätsangebot**.

In unserem Katalog und Online-Shop bieten wir über **19.000 Artikel** an. Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen mit **100 Tagen Rückgaberecht** und mindestens **3 Jahren Garantie!**

Wir sind Ihr Team!



sport-thieme.de



RUND UM DIE ANMELDUNG

Allgemeine Geschäftsbedingungen (Für alle Angebote des Niedersächsischen Turner-Bundes)

Für Angebote der Turn- und Sportfördergesellschaft (TSF- und DTB-Akademie) gelten gesonderte Bedingungen, siehe unten.

Anmeldung

Der direkte Weg zum Lehrgang: Nach Möglichkeit sollte ausschließlich die Online-Anmeldung genutzt werden. Hier kann direkt gesehen werden, ob im gewünschten Lehrgang noch Plätze frei sind. Onlineanmeldung im BildungsPortal: <https://bildung.NTBwelt.de>. Dafür wird der sogenannte Rabattcode des Vereins benötigt, der den Vereinsstempel ersetzt. Dieser Code liegt dem Verein vor. In Ausnahmefällen kann ein Anmeldeformular zur Verfügung gestellt werden.

Für NTB- und NTJ-Lehrgänge endet die Anmeldefrist vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Für Angebote der TSF ist eine Anmeldung bis drei Tage vor Veranstaltung möglich.

Mit der Anmeldung bestätigen die Teilnehmenden

- die Anerkennung der AGB,
- ihre Fähigkeit, den geplanten Lehrgang körperlich aktiv zu bewältigen,
- ihre Verpflichtung, die Lehrgangsführung über ihre Risikofaktoren bzw. Krankheiten zu informieren,
- ihre Verpflichtung, bei bestehenden Krankheiten das Einverständnis einer Ärztin oder eines Arztes einzuholen

Bei Anmeldungen von Minderjährigen muss innerhalb von zwei Wochen eine von den Erziehungsberechtigten unterschriebene Einverständniserklärung eingereicht werden. Eine entsprechende Vorlage wird am Ende des Buchungsprozesses zum Download angeboten. Eine Teilnahme Minderjähriger ohne vorliegende Elternklärung ist nicht möglich.

Zusagen

Die eingehenden Anmeldungen werden mit einer unverbindlichen Buchungsbestätigung per E-Mail bestätigt, sofern eine E-Mail-Adresse vorliegt. Die Lehrgangsteilnehmenden werden ca. zehn Tage vor Lehrgangsbeginn eingeladen. Bei Absage oder Verschiebung eines angesetzten Lehrgangs werden die Teilnehmenden möglichst frühzeitig benachrichtigt.

Abmeldung/Ummeldungen

Für NTB-Lehrgänge endet die Anmeldefrist vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Für Ab- und Ummeldewünsche wird generell eine Bearbeitungsgebühr von 10,00 Euro erhoben!

Allgemeine Geschäftsbedingungen (Für alle Angebote der TSF Aerobic & Fitness Akademie/DTB-Akademie)

Anmeldung

Anmeldungen müssen grundsätzlich online erfolgen. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Dies betrifft auch die Aufnahme in etwaige Wartelisten. Ein Vertrag kommt erst mit Bestätigung der TSF-Akademie / DTB-Akademie zustande.

Für schriftliche Anmeldungen wird eine Gebühr von 10,00 Euro erhoben.

Notwendige Eingangsvoraussetzungen sind der Anmeldung beizulegen bzw. bei Online-Anmeldung im Uploadbereich des Kundenkontos hochzuladen.

Wird eine abweichende Rechnungsadresse gewünscht, ist die genaue Rechnungsanschrift sowohl bei der Online-Buchung als auch bei der schriftlichen Meldung direkt anzugeben. Nachträgliche Änderungen können nur bis max. 14 Tage vor der Maßnahme berücksichtigt werden.

Teilnahme

Bei unseren Aus- und Fortbildungen besteht eine 100prozentige Anwesenheitspflicht.

Das Mitbringen von Kindern in unseren Lehrgängen ist leider nicht möglich.

Teilnahmegebühren

Die Teilnahmegebühren sind dem Jahresprogramm zu entnehmen.

Der Frühbucherrabatt (sofern ausgeschlossen) für die Angebote des Jahres 2022 endet am 28.02.2022. Die Höhe des Frühbucherrabatts ist dem Jahresprogramm zu entnehmen.

Die Teilnahmegebühren beinhalten in der Regel die Teilnahme und das Kursmaterial (teilweise in digitalen Formaten). Bei Buchung „inkl. Unterkunft und Verpflegung“ besteht die Verpflegung aus Frühstück, Mittag- und Abendessen. Die Übernachtung erfolgt in der Regel in Einzelzimmern.

Stornierungen, Absagen

Absagen seitens der Teilnehmenden haben schriftlich zu erfolgen (Post, Fax oder E-Mail).

Die Stornogebühren berechnen sich wie folgt:

Lehrgangstage	bis 36 Tage vor Beginn	bis ein Tag vor Beginn
1 Tag (8 LE)	10,00 Euro	40,00 Euro
2 Tage (15 / 20 LE)	15,00 Euro	60,00 Euro
3 Tage (25 LE)	20,00 Euro	100,00 Euro
> 3 Tage (> 25 LE)	30,00 Euro	200,00 Euro

Bei Ab- und Ummeldungen, die später als vier Wochen vor Lehrgangsbeginn getätigt werden, wird grundsätzlich die volle Lehrgangsgebühr (mindestens aber 30,00 Euro) einbehalten.

Entstehende Kosten gegenüber Dritten (z. B. Hotelkosten, bzw. Hotelstornierungskosten) werden grundsätzlich und unabhängig von den anderen Stornokostenregelungen – auch wenn sie die Teilnahmegebühr übersteigen – an die betreffenden Teilnehmenden weitergegeben.

Der Veranstalter behält sich das Recht vor, aus triftigen Gründen (z.B. nicht Erreichen der Mindestteilnehmendenzahl) den Termin und/oder Ort abzusagen. Änderungen im Zeitablauf bleiben dem Veranstalter vorbehalten. In Einzelfällen (z.B. bei Erkrankung) kann der Veranstalter die Leitung eines Lehrganges ändern und eine andere Referentin oder einen anderen Referenten mit dieser Aufgabe betrauen. Die Teilnahme an einer Veranstaltung erfolgt auf eigene Gefahr. Schadensersatzansprüche aller Art sind ausgeschlossen, es sei denn, der Schaden beruht auf einem vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verhalten des Veranstalters oder seiner Erfüllungshelfen.

Datenschutz

Mit der Anmeldung erklären sich die Anmeldenden einverstanden, dass ihre Daten mittels EDV entsprechend der EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) verarbeitet und verwendet werden.

Die Meldenden erklären ihr Einverständnis, dass folgende personenbezogene Daten (Name, Vorname, Geburtsdatum, Anschrift, Telefonnummer und E-Mailadresse) vom Verband verarbeitet, gespeichert und zum Zwecke der Lizenzausstellung an das DOSB-Lizenzmanagementsystem (LiMS) weitergegeben werden. Der DOSB hat zu keiner Zeit Einsicht in die personenbezogenen Daten der (zukünftigen) Lizenzinhaberinnen und Lizenzinhaber. Darüber wurde zwischen dem DOSB und dem ausstellenden Verband eine Datenschutzvereinbarung entsprechend den gesetzlichen Vorgaben geschlossen. Die erhobenen Daten werden in LiMS für die Dauer von zehn Jahren gespeichert.

Der Datenübermittlung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widersprochen werden. In diesem Fall kann jedoch keine DOSBLizenz ausgestellt werden!

Angaben zum Inhalt der Lehrgangsanmeldung, gegebenenfalls Angaben zu einer abweichenden (Liefer)Anschrift sowie Angaben zur gewünschten Zahlungsart werden ausschließlich innerhalb des

Kosten, die durch Drittanbieter (Sportschulen, Hotels etc.) in Rechnung gestellt werden und die aufgeführten Stornokosten übersteigen, werden zusätzlich in Rechnung gestellt.

Krankheitsbedingte (auch durch ärztliches Attest bescheinigte) Absagen/Stornierungen entbinden die Teilnehmenden nicht von der Begleichung der Stornierungsgebühr.

Bei Nichterscheinen am Tag des Lehrgangs werden 90 Prozent der gesamten gebuchten Leistung fällig.

Bis 36 Tage vor Lehrgangsbeginn kann anstelle einer Stornierung eine Umbuchung vorgenommen werden. Die Umbuchung kostet pauschal 15,00 Euro. Eine spätere Umbuchung ab 35 Tage vor Lehrgangsbeginn muss im Einzelfall geprüft werden.

Bezahlung

Die Bezahlung der Lehrgangsgebühr erfolgt über eine Bankeinzugsermächtigung (Lastschriftsmandat). Die Ankündigungsfrist zum Einzug wird in der Einladung mitgeteilt.

Bankgebühren, die durch Rücklastschriften (z.B. durch eine Kontounterdeckung oder durch die Angabe einer falschen Bankverbindung) entstehen und von den Meldenden verursacht wurden, müssen in der entstandenen Höhe von diesen getragen werden.

Eventuelle Ratenzahlungen sind mit der TSF-Akademie / DTB-Akademie im Einzelfall abzustimmen.

Die ermäßigten Preise gelten für alle Mitglieder in den dem NTB und DTB angeschlossenen Turn- und Sportvereinen sowie GYM CARD-Inhaberinnen und -Inhaber.

Die Zahlung erfolgt per Bankeinzug, eine Belastung erfolgt frühestens ca. zwei Wochen vor der Maßnahme.

Haftung

Die Teilnahme an einer Veranstaltung erfolgt auf eigene Gefahr. Schadensersatzansprüche aller Art sind ausgeschlossen, es sei denn, der Schaden beruht auf einem vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verhalten des Veranstalters oder seiner Erfüllungshelfen.

Sollte die TSF-Akademie / DTB-Akademie aus Gründen, die sie zu vertreten hat, Maßnahmen nicht durchführen, so beschränken sich die Ansprüche der Teilnehmenden – außer im Falle von Vorsatz und grober Fahrlässigkeit – auf die Rückerstattung der Teilnahmegebühr.

Sonstiges

Die Lehrgangsteilnehmenden erhalten ca. zehn Tage vor Veranstaltungsbeginn die detaillierten Einladungsunterlagen.

In Einzelfällen (z.B. Erkrankung) kann die TSF-Akademie/

NTB gespeichert und verarbeitet. Bei Bezahlung per Lastschrift, wird zudem die angegebene Kontoverbindung gespeichert. Die Daten werden ausschließlich zur Bearbeitung und Abwicklung von Lehrgängen und Lizenzen/Zertifikaten und für die technische Administration verwendet.

Eine Weitergabe an Dritte ist ausgeschlossen. Sofern der NTB verpflichtet ist, an andere Organisationen personenbezogene Daten zu übermitteln, erfolgt eine Weitergabe von Daten nur in dem unbedingt erforderlichen Umfang.

Kosten der verbandlichen Aus- und Fortbildung

Für alle Lehrgänge ist eine Eigenbeteiligung der Lehrgangsteilnehmenden erforderlich. Die Höhe der Beiträge wird grundsätzlich durch die Finanz-, Kosten- und Gebührenordnung des NTB festgelegt.

Alle Lehrgangsgebühren verstehen sich, soweit keine anderen Angaben gemacht werden, inklusive Materialkosten, Übernachtung und Verpflegung. Die Unterbringung erfolgt in der Regel in 2-Bett-Zimmern. Einzelzimmerwünsche sind – sofern erfüllbar – mit einer Zusatzgebühr auf Selbstzahler-Basis verbunden. Der bei den Lehrgängen direkt angegebene Preis ist die Teilnahmegebühr für NTB-Verbandsmitglieder. Teilnehmende mit Zugehörigkeit zu anderen Landesturnverbänden, Mitgliedsorganisationen mit besonderem Status und außerordentlichen Mitgliedsorganisationen zahlen, soweit keine anderen Angaben gemacht werden, den doppelten Betrag. Nichtverbandsmitglieder können – sofern freie Plätze vorhanden sind – an den Aus- und Fortbildungen teilnehmen. Soweit keine anderen Angaben gemacht werden, zahlen sie den vierfachen Betrag.

Nutzungsrechte für Foto- und Videoaufnahmen

Während der Veranstaltung können Foto- und ggf. Videoaufnahmen gemacht werden, die evtl. für die Veröffentlichung in NTB-Medien gespeichert und verwendet werden. Teilnehmende können der Speicherung und Verwendung individueller Personenfotos im Vorfeld und während der Veranstaltung widersprechen.

Stand: 04. August 2021

(Aktualisierungen bitte online verfolgen!)

DTB-Akademie die Leitung eines Lehrganges ändern und eine andere Referentin oder einen anderen Referenten mit dieser Aufgabe betrauen.

Bei Absage oder Verschiebung eines angesetzten Lehrgangs werden die Teilnehmenden möglichst frühzeitig benachrichtigt. Der Veranstalter behält sich das Recht vor, aus triftigen Gründen (z.B. nicht Erreichen der Mindestteilnehmerzahl) den Termin und/oder Ort abzusagen. Änderungen im Zeitablauf bleiben dem Veranstalter vorbehalten.

Datenschutz

Mit der Anmeldung erklären sich die Anmeldenden einverstanden, dass ihre Daten mittels EDV entsprechend der EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) verarbeitet und verwendet werden.

Die Meldenden erklären ihr Einverständnis, dass folgende personenbezogene Daten (Name, Vorname, Geburtsdatum, Anschrift, Telefonnummer und E-Mailadresse) vom Verband verarbeitet und gespeichert werden. Bei Bezahlung per Lastschrift, wird zudem die angegebene Kontoverbindung gespeichert. Die Daten werden ausschließlich zur Bearbeitung und Abwicklung von Lehrgängen und Lizenzen/Zertifikaten und für die technische Administration verwendet.

Eine Weitergabe an Dritte ist ausgeschlossen. Sofern der NTB verpflichtet ist, an andere Organisationen personenbezogene Daten zu übermitteln, erfolgt eine Weitergabe von Daten nur in dem unbedingt erforderlichen Umfang.

Nutzungsrechte für Foto- und Videoaufnahmen

Während der Veranstaltung können Foto- und ggf. Videoaufnahmen gemacht werden, die evtl. für die Veröffentlichung in Medien der TSF-Akademie / DTB-Akademie sowie des Niedersächsischen Turner-Bundes e.V. gespeichert und verwendet werden. Teilnehmende können der Speicherung und Verwendung individueller Personenfotos im Vorfeld und während der Veranstaltung widersprechen.

Sollten einzelne Bestimmungen ungültig sein oder werden, so bleibt die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen unberührt. Anstelle der ungültigen Bestimmungen soll die gesetzliche Regelung gelten.



Gemeinsam zum Ziel.



TEAM



Preise im Gesamtwert von:

100.000 €

Stellen Sie sich der Herausforderung
Deutsches Sportabzeichen für Men-
schen mit und ohne Behinderung. Mit
einem Sportförderer an Ihrer Seite.

Anmelden und gewinnen unter:
sportabzeichen-wettbewerb.de

#GemeinsamAllemGewachsen

 LandesSportBund
Niedersachsen e.V.



Feuerwerk der Turnkunst

EUROPAS ERFOLGREICHSTE TURNSHOW



20 %
NTB-Rabatt!

NTB
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

HARD BEAT

TOURNEE
2022

DIE TOURNEEDATEN

29.12.2021	Oldenburg	14 & 19 Uhr	Große EWE ARENA	14.01.2022	Düsseldorf	19 Uhr	PSD BANK DOME (ehem. ISS DOME)
30.12.2021	Oldenburg	17 Uhr	Große EWE ARENA	15.01.2022	Köln	17 Uhr	LANXESS arena
31.12.2021	Hannover	17 Uhr	ZAG Arena (ehem. TUI Arena)	16.01.2022	Braunschweig	14 & 19 Uhr	Volkswagen Halle
02.01.2022	Dortmund	16 Uhr	Westfalenhalle	17.01.2022	Braunschweig	17 Uhr	Volkswagen Halle
03.01.2022	Bremen	19 Uhr	ÖVB-Arena	19.01.2022	Schwerin	19 Uhr	Sport- und Kongresshalle
04.01.2022	Bremen	17 Uhr	ÖVB-Arena	20.01.2022	Rostock	19 Uhr	Stadhalle
05.01.2022	Bielefeld	15 & 19.30 Uhr	Seidensticker Halle	21.01.2022	Kiel	19 Uhr	Wunderino Arena (ehem. Sparkassen-Arena)
06.01.2022	Mannheim	17 Uhr	SAP Arena Neu!	22.01.2022	Hamburg	14 & 19 Uhr	Barclays Arena
07.01.2022	Nürnberg	19 Uhr	Arena Nürnberger Versicherung	23.01.2022	Berlin	14 & 19 Uhr	Mercedes-Benz Arena
08.01.2022	München	14 & 19 Uhr	Olympiahalle	25.01.2022	Göttingen	19 Uhr	Lokhalle
09.01.2022	Bamberg	14 & 19 Uhr	brose ARENA Mit Zusatztermin!	26.01.2022	Göttingen	19 Uhr	Lokhalle
11.01.2022	Leipzig	19 Uhr	QUARTERBACK Immobilien ARENA	27.01.2022	Göttingen	17 Uhr	Lokhalle
12.01.2022	Kassel	19 Uhr	Rothenbach-Halle	28.01.2022	Frankfurt	19 Uhr	Festhalle
13.01.2022	Wetzlar	19 Uhr	Rittal Arena	29.01.2022	Hannover	14 & 19 Uhr	ZAG Arena (ehem. TUI Arena)

TICKETS & INFORMATIONEN

Mit dem Rabatt-Code **NTB-H22** erhältst Du 20 % Rabatt auf jede bestellte Eintrittskarte. Tickets online platzgenau buchen unter www.feuerwerkderturnkunst.de. Informationen unter (0511) 980 97-98. Geimpfte und Genesene sowie Kinder unter 18 Jahren mit tagesaktuellem negativem Testergebnis sind bei uns auf der sicheren Seite. Die Corona-Regeln der einzelnen Orte findest Du immer aktuell auf www.feuerwerkderturnkunst.de.