

## Ausbildungen 2. Lizenzstufe



### Übungsleiter-B-Ausbildung „Sport in der Prävention“, Profil „Allgemeines Gesundheitstraining“ (80 LE)

Diese Ausbildung qualifiziert die Übungsleiter/innen präventive gesundheitsfördernde Sport- und Bewegungsangebote sowohl im Bereich „Haltungs- und Bewegungssystem“ als auch im Bereich „Herz-Kreislauf-System“ durchzuführen. Die ÜL werden befähigt, ihre Teilnehmer/innen bei der Entwicklung einer gesundheitsorientierten Lebensführung begleiten zu können und diese bei der individuellen Ressourcenentwicklung unter Alltagsbezug zu unterstützen. Ein deutlicher Mehrwert dieser Ausbildung ist es, dass die Teilnehmer/innen künftig nach Abschluss der Ausbildung befähigt und berechtigt sind, Präventionsangebote sowohl im Bereich „Haltung und Bewegung“ als auch im Bereich „Herz-Kreislauf-Training“ anzubieten und dafür die entsprechenden Qualitätssiegel PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB beantragen zu können.

**Lehrgang Nr. 18103**  
 Daten: 22.-29.06.2018 (inkl. Lernerfolgskontrolle)  
 Zeit: jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
 Ort: Koblenz  
 Meldeschluss: 18.05.2018  
 Voraussetzung: Besitz einer Lizenz auf der 1. Lizenzstufe (Bitte der Anmeldung Lizenzkopie beifügen)  
 Gebühren:  
 • 295,00 EUR inkl. Mittagessen (15,00 EUR GYM CARD-Ermäßigung)  
 • zuzüglich 322,00 EUR für Übernachtung im DZ und Verpflegung  
 • zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz  
**Anmeldung: www.tvm.org**



## Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten

### der DTB-Akademie Koblenz

LG	Thema	Datum
18110	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 1	09.-11.03.2018
18111	DTB-Weiterbildung "CrossTraining-Instructor"	14./15.04.2018
18112	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 1	27.-29.04.2018
18113	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Entspannungstechniken"	04.-06.05.2018
18114	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 2	11.-13.05.2018
18115	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 2	18.-20.05.2018
18116	DTB-Weiterbildung "Gehirntraining durch Bewegung"	19./20.05.2018
18117	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Faszio® Training - Teil 1"	02./03.06.2018
18118	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 1	08.-10.06.2018
18119	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Faszio® Training - Teil 2"	09./10.06.2018
18120	DTB-Weiterbildung "Core & Stability-Instructor"	16./17.06.2018
18121	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 3	24.-26.08.2018
18122	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 2	07.-09.09.2018
18123	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Faszio® Training - Teil 1"	15./16.09.2018
18124	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 3	28.-30.09.2018
18125	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Faszio® Training - Teil 2"	29./30.09.2018
18126	DTB-Weiterbildung "Tough-Class-Instructor"	13./14.10.2018
18127	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Stressbewältigung durch Achtsamkeit"	19.-21.10.2018
18128	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 4	02.-04.11.2018
18129	DTB-Yogalehrer Supervisionskurs	17./18.11.2018
18130	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 3	23.-25.11.2018
18131	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 5	01./02.12.2018

Anmeldung über DTB-Gymnet: [www.tvm.org](http://www.tvm.org)

Hier gibt es Informationen für Ihren persönlichen Aus- und Weiterbildungsplan ...

Turnverband Mittelrhein  
 Rheinau 10 • 56075 Koblenz

Hans-Peter Kress Tel.: 0261/135-153 • E-Mail: [hans-peter.kress@tvm.org](mailto:hans-peter.kress@tvm.org)  
 Andrea Kuhl Tel.: 0261/135-158 • E-Mail: [andrea.kuhl@tvm.org](mailto:andrea.kuhl@tvm.org)

## Fortbildungen des TVM und der

### DTB-Akademie Koblenz

LG	Thema	Datum
<b>Mittelrheinische Turnerjugend</b>		
18300 a	Kindertänze im Kindergartenalter	03.03.2018
18300 b	Kindertänze im Grundschulalter	03.03.2018
18301	Eltern + Kinder turnen wirklich gemeinsam	14.04.2018
18302	Fit für Ballspiele	21.04.2018
18303	TuJu Geräturntag	16.06.2018
18304	Hier bewegt sich was im Eltern-Kind-Turnen	22.09.2018

### Tanz und Show

LG	Thema	Datum
18400	Dance-Day - 1 Tag - 4 Themen	16.06.2018
18401	Dancing Burlesque	29.09.2018
18402	Aerobic und jetzt? Was man alles aus Aerobicsschritten machen kann	30.09.2018

### Aerobic und Fitness

LG	Thema	Datum
18710	Functional Fitness Mix	24.02.2018
18711	Ernährungs-Update und Crosstraining 2018	25.02.2018
18712	Functional Stool	28.04.2018
18713	Fatburner Step - intensiv, easy, sofort umsetzbar	29.04.2018
18714	Step Dancing	09.09.2018



## Fortbildungen des TVM und der

### DTB-Akademie Koblenz

LG	Thema	Datum
<b>Gesundheitssport und Gymnastik</b>		
18740	Pilates komplett - kurze Übungsfolgen für Jedermann/-frau und jede Gelegenheit	03.03.2018
18741	Pilates und Faszien - ein perfektes Paar	04.03.2018
18742	Pilates mit Kleingeräten	27.05.2018
18743	Beckenboden und Faszien by FASZIO®	01.09.2018
18744	Faszien im Zirkeltraining by FASZIO®	02.09.2018
18745	Entspannter Schulter-Nacken-Bereich	08.09.2018
18746	Pilates - Back to the roots	20.10.2018
18747	Faszientraining	27.10.2018

### Entspannung und Stressbewältigung

LG	Thema	Datum
18730	Yoga - Pranayama-Vinyasa ...	18.03.2018
18731	Power Yoga - Power Vinyasa Yoga	15.04.2018
18732	Ungewöhnliche Übungen für das Rückentraining	25.08.2018
18733	Schmerzbewältigung und Entspannungstraining - Anleitung zur aktiven Selbsthilfe	26.08.2018
18734	Faszien & Rücken: mit QiGong, Yoga & Feldenkrais zu einer entspannten Rückseite	21.10.2018
18735	Kriegerpositionen im Yoga - und was verbirgt sich dahinter?	28.10.2018

### Ältere und Hochaltrige

LG	Thema	Datum
18430	Rundum Fit 2018 - Best Age	17.03.2018
18431	Rollator-Fit® - auf dem Weg zu einer neuen Sportart	14.04.2018
18432	Seniorentanz der besonderen Art - Tanzvergnügen für die reifere Generation	18.08.2018
18433	Rollator-Fit® - auf dem Weg zu einer neuen Sportart	22.09.2018
18434	ATP - Das Alltagstrainingsprogramm	24.11.2018

### Veranstaltungen

Thema	Datum
Fitness- und Aerobic-Convention, Montabaur	26.05.2018
Convention "Pilates, Yoga, Workout Trends", Koblenz	17.11.2018

Anmeldung über DTB-Gymnet: [www.tvm.org](http://www.tvm.org)



## Angebote 2018

qualifizieren ...  
 ausbilden ...  
 weiterbilden ...  
 wieder einsteigen ...

Informieren Sie sich jetzt!  
[www.tvm.org](http://www.tvm.org)

## Ausbildungen 1. Lizenzstufe



### Übungsleiter-Ausbildung C „Kinderturnen“ (120 LE)

Das Kinderturnen leistet einen wichtigen Beitrag für die sportliche Entwicklung im sogenannten „motorischen Lernalter“. Beim Kinderturnen entfalten die Kinder elementare Bewegungsfertigkeiten bei gleichzeitiger Schulung der grundlegenden motorischen Fähigkeiten. Diese gilt es als Übungsleiter individuell und zielgruppengerecht zu fördern. Die vielseitige Ausbildung orientiert sich an den Bedürfnissen der Kinder, um sie im Verein mit Freude und guter Laune zu lebenslangem Sport zu motivieren. Die Teilnehmer erhalten während der Ausbildung ein großes Grundlagenwissen an Spielen mit unterschiedlichen Zielsetzungen und lernen, wie sie Kinder spielerisch an turnerische Basiselemente (z. B. Roll- und Stützbewegungen) und weitere Turnsportarten heranführen können. Ebenso werden unterschiedliche Lehr- und Lernformen wie Bewegungslandschaften, Bewegungsgeschichten und Stationsbetriebe ausführlich vorgestellt. Am Ende der Ausbildung können die Teilnehmer Spiel und Übungsformen kindgerecht verpacken und den Kindern mit gezielten Hilfestellungen zum Erfolg verhelfen. Die Ausbildung richtet sich an Übungsleiteranwärter, die mit Kindern im Grundschulalter sportartübergreifend auf Basis von spielerischen und zielgruppengerechten Angeboten im Breitensport arbeiten möchten.

**Lehrgang Nr. 18100**  
Daten: 02.-04.03.2018 (Basis-Modul)  
23.-29.03.2018 (Aufbau-Modul)  
20.-22.04.2018 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage  
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 02.02.2018  
Gebühren: • 180,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
• 640,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und Verpflegung)  
• zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz  
**Anmeldung: www.tvmm.org**

**Lehrgang Nr. 18104**  
Daten: 14.-16.09.2018 (Basis-Modul)  
05.-11.10.2018 (Aufbau-Modul)  
09.-11.11.2018 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage  
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 17.08.2018  
Gebühren: • 180,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
• 640,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und Verpflegung)  
• zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz  
**Anmeldung: www.tvmm.org**

## Ausbildungen 1. Lizenzstufe



### Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Fitness und Gesundheit“ (120 LE)

Fitness und Gesundheit - das sind die zentralen Motive für Menschen, sich zu bewegen und Sport zu treiben. Die Ausbildung „Fitness und Gesundheit für Erwachsene“ bildet qualifizierte Trainer/innen aus, die in den Bereichen Fitnesstraining und Gesundheitssport tätig sein wollen. Sie lernen, ein qualifiziertes, gesundheitsorientiertes Fitnesstraining im Verein eigenverantwortlich und selbstständig zu planen und durchzuführen. Inhalte sind u.a. die Themenbereiche Krafttraining, Ausdauer, Beweglichkeit, die neuesten Trends der Fitness-Szene, Warm up und Cool down, Fitnesstraining mit Musik sowie die medizinischen Grundlagen eines gesundheitsorientierten Trainings. Die Trainer/innen Breitensport „Fitness und Gesundheit für Erwachsene“ werden darin ausgebildet, qualifizierte Angebote für gesundheitsbewusste Menschen zu machen.

**Lehrgang Nr. 18101**  
Daten: 02.-04.03.2018 (Basis-Modul)  
23.-29.03.2018 (Aufbau-Modul)  
20.-22.04.2018 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage  
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 02.02.2018  
Gebühren: • 180,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
• 640,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und Verpflegung)  
• zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz  
**Anmeldung: www.tvmm.org**

## Ausbildungen 1. Lizenzstufe



### Übungsleiter-Ausbildung C Breitensport „Allround-Fitness (Gymnastik - Turnen - Spiel)“ (120 LE)

Insbesondere kleine und mittelgroße Turn- und Sportvereine halten für ihre Mitglieder im sportartübergreifenden Breitensportbereich eine große Angebotspalette für deren breitgefächertes Interesse bereit. Dazu benötigen diese Vereine vielseitig ausgebildete Übungsleiter/innen, die in der Lage sind, die am häufigsten nachgefragten Themen aus dem Bereich des Turnens anzubieten. Ziel der Ausbildung ist es, die künftigen ÜL/innen für den Einsatz im Turnverein in den Bereichen Gerätturnen, Fitness und Spiele zu qualifizieren. Sie lernen, ein vielseitiges, qualifiziertes Training im Verein eigenverantwortlich und selbstständig zu planen und durchzuführen. Inhalte sind u.a. die Themenbereiche

- Fitness und Funktionsgymnastik
- Spielen
- Bewegen an Geräten
- Bewegen in der Natur
- Bewegen mit Rhythmus und Musik

Die ÜL-C „Allround-Fitness (Gymnastik - Turnen - Spiel)“ werden befähigt, flexibel einen Teil der Bandbreite des Turnens zielgruppen- und altersübergreifend abzudecken und sind somit vielseitig einsetzbar.

**Lehrgang Nr. 18102**  
Daten: 01.-03.06.2018 (Basis-Modul)  
22.-28.06.2018 (Aufbau-Modul)  
17.-19.08.2018 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage  
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 04.05.2018  
Gebühren: • 180,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
• 640,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und Verpflegung)  
• zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz  
**Anmeldung: www.tvmm.org**

## Ausbildungen 1. Lizenzstufe



### Trainer-C-Ausbildung Breitensport „Gymnastik/Rhythmus/Tanz“ (120 LE)

Die Breitensport-Ausbildung „Gymnastik/Rhythmus/Tanz“ bildet qualifiziert Trainer/innen für verschiedene Bereiche von Gymnastik und Tanz aus. Die Teilnehmer/innen lernen, ein qualifiziertes fitness-, gesundheits-, breiten- und/oder wettkampfsportlich orientiertes Sportangebot im Verein eigenverantwortlich und selbstständig zu planen und durchzuführen. Zielgruppe dieses Vereinsangebotes sind Kinder, Jugendliche und Erwachsene überwiegend des weiblichen Geschlechts. Inhalte der Ausbildung sind u.a. konditionell-kordinatives Grundlagentraining, gymnastische Grundformen, sowie körpertechnisch-tänzerisches Training, Zusammenhänge von Musik und Bewegung, Handgeräte, Tanzstile und Fitness-Trends.

**Lehrgang Nr. 18105**  
Daten: 14.-16.09.2018 (Basis-Modul)  
05.-11.10.2018 (Aufbau-Modul)  
09.-11.11.2018 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage  
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 17.08.2018  
Gebühren: • 180,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
• 640,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und Verpflegung)  
• zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz  
**Anmeldung: www.tvmm.org**

## Das sind wir...

Turnverband Mittelrhein  
Rheinau 10 • 56075 Koblenz  
Telefon: 0261/135-150  
Fax: 0261/135-159  
E-Mail: geschaeftsstelle@tvm.org  
Internet: www.tvmm.org



## Bei uns finden Sie...

### Lehrgangsmaßnahmen mit Qualität ...

... unsere Lehrteams besitzen umfangreiches Know-how aus langjähriger Erfahrung innerhalb des Lizenzsystems des Deutschen Turner-Bundes und der DTB-Akademie. Qualität in der Aus- und Weiterbildung ist unser Maßstab.

### Gut ausgebildete Lehrteams ...

... unsere Referentinnen und Referenten haben viel Erfahrung in der Sportlerwachsenenbildung, sind intensiv geschult und verfügen über abwechslungsreiche Lehrmethoden.

### Aktuelle Trends bei der DTB-Akademie Koblenz ...

... die DTB Akademie Koblenz greift neue Trends in den GYMWELT-Feldern Fitness- und Gesundheitssport, Natursport, Tanz / Choreografie und Seniorensport auf.

### Günstige Preise / GYM CARD-Rabatt ...

... unsere Preise sind kundenorientiert günstig kalkuliert. Wir gewähren Frühbucher-Rabatte und für GymCard-Mitglieder weitere Sonderkonditionen.

### Ihr Kurzurlaub am Rhein!

Wohlfühltag des Turnverbandes Mittelrhein in der Sportschule, direkt am Rhein. Wir bieten Ihnen günstige Übernachtungsmöglichkeiten in gemütlichen und gepflegten Doppel- und Einzelzimmern. Die Innenstadt mit ihren Sehenswürdigkeiten, kulturellen Angeboten und kulinarischen Genüssen ist problemlos zu Fuß zu erreichen. Familien und Vereinsgruppen sind herzlich willkommen.  
Info: TVM 0261/135-152 oder www.turnschule-oberwerth.de

Gerne senden wir Ihnen unser Lehrgangsheft „Aktiv 2018“ mit allen Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten kostenlos zu oder wir informieren Sie über unseren Newsletter mit aktuellen Angeboten und Infos per E-Mail (Widerruf jederzeit möglich).  
**Schicken Sie uns einfach eine E-Mail oder rufen Sie uns an.**

**Informationen rund um die Ausbildung erhalten Sie bei:**  
**Hans-Peter Kress** Tel.: 0261/135-153 • E-Mail: hans-peter.kress@tvm.org  
**Andrea Kuhl** Tel.: 0261/135-158 • E-Mail: andrea.kuhl@tvm.org

Fotos: www.fotolia.com