

Das sind wir...

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



Foto: TVM

Bei uns finden Sie...

Lehrgangsaßnahmen 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 Sporterwachsenenbildung, 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 2017“ 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

Fortbildungen des TVM und der

DTB-Akademie Koblenz

Mittelrheinische Turnerjugend

17300a	Kindertanz für Kindergartenkinder	04.03.2017
17300b	Kindertanz für Grundschul Kinder	04.03.2017
17301	Dance-Kids	25.03.2017
17302	Mit Kindern ganz zur Ruhe kommen...	13.05.2017
17303	Allgemeines Gerätturnen	30.09.2017
17304	K(!)eine Halle, kaum Geräte und trotzdem viel Bewegung - geht das?	11.11.2017
17305	Fit im Kopf durch fördernde und fordernde Bewegungsspiele	18.11.2017



Tanz und Show

17400	LaGYM meets Brasil	11.02.2017
-------	--------------------	------------

Aerobic und Fitness

17710	4XF Functional Training Day	18.02.2017
17500	Step Highlights	19.02.2017
17711	Muscle Intense	04.03.2017
17712	Functional BBP	05.03.2017
17713	4XF Bodyweighttraining - Dein Körpergewicht und Du!	08.04.2017
17714	Crosstraining - Die Trendsportart aus Amerika	22.04.2017

17715	WOD's soweit das Auge reicht	23.04.2017
17716	Bodystyling mit Kleingeräten	29.04.2017
17717	Mehr Kraft - allein mit unserem Körper - bekommen	19.08.2017
17718	Aufwärmen kann auch Spaß machen	20.08.2017
17719	Bodystyling mit Kleingeräten	28.10.2017

Gesundheitssport und Gymnastik

17740	Strategien-Zirkel by FASZIO®	18.03.2017
17741	Rücken in Balance by FASZIO®	19.03.2017
17742	Faszientraining	08.04.2017
17743	Rückentraining im Breitensport	09.04.2017
17744	Pilates mit Rolle, Ring und Ball	14.05.2017
17745	Die Bedeutung des Faszientrainings in Deiner (Fitness)Stunde	26.08.2017

17746	BBP-Workout - Bye bye Problemzone	27.08.2017
17747	Ungewöhnliche Übungen für das Rückentraining	16.09.2017

17748	Pilates - Faszien in Bewegung	09./10.09.2017
17749	Faszientraining	21.10.2017
17750	Rund um den Ball	29.10.2017
17751	Zum Gehen geboren	11.11.2017
17752	Von Basic zu Intermediate	12.11.2017

Entspannung und Stressbewältigung

17730	Die Klassiker: Yoga, QiGong, PME und Autogenes Training zum Kennen lernen	17.09.2017
17731	Yoga Anatomie - weiterführendes Wissen in Theorie und Praxis	18.11.2017
17732	Yoga Adjustments	19.11.2017

Ältere und Hochaltrige

17430	Aktiv und beweglich mit 60+	30.04.2017
17431	Ganzkörperworkout für Ältere	15.07.2017
17432	Fit im Kopf durch Bewegung	16.07.2017
17433	ATP - Das Alltagstrainingsprogramm	15.10.2017
17434	Rollator-Fit - auf dem Weg zu einer neuen Sportart	04.11.2017

Ältere und Hochaltrige (für Mitarbeiter in Altenpflegeeinrichtungen und Übungsleiter)

17450	Rollator-Fit® - Auf dem Weg zu einem neuen Bewegungsangebot ...	22.03.2017 (MI)
17451	Rollator-Fit® - Auf dem Weg zu einem neuen Bewegungsangebot ...	23.03.2017 (DO)
17452	Menschen mit Demenz bewegen	29.05.2017 (MO)
17453	Gehirntraining durch Bewegung	30.05.2017 (DI)
17454	Aktivierungsangebote im Sitzen und im Liegen	14.07.2017 (FR)
17455	Sturzprophylaxe - Aktiv gegen Stürze	17.07.2017 (MO)

Veranstaltungen

	Fitness- und Aerobic-Convention, Montabaur	13.05.2017
	Convention Pilates, Yoga, Workout Trends, Koblenz	04.11.2017

Anmeldung über DTB-Gymnet: www.tvm.org

Gymnastik und Fitness für Ältere

- turnen bewegt ein Leben lang-

Unser Weiterbildungsangebot für Mitarbeiter/innen von Altenpflegeeinrichtungen sowie Übungsleiter/innen von Vereinen:
→ Bewegungs- und Mobilitätsangebot von 50plus bis zur Stufe der Hochaltrigen; Ideen, Übungsbeispiele, Praxistipps
→ Wir geben Hilfestellung und zeigen, wie Altenpflegekräfte, Trainer/ Übungsleiter Ältere und Hochaltrige zur Gymnastik und Fitness motivieren können.

Rollator-Fit® - „Auf dem Weg zu einem neuen Bewegungsangebot im Gesundheitsbereich!“

Lehrgang Nr. 17450
Datum: Mittwoch, 22.03.2017
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Koblenz

Lehrgang Nr. 17451
Datum: Donnerstag, 23.03.2017
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Trier

Menschen mit Demenz bewegen

Lehrgang Nr. 17452
Datum: Montag, 29.05.2017
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Koblenz

Gehirntraining durch Bewegung

Lehrgang Nr. 17453
Datum: Dienstag, 30.05.2017
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Koblenz



Aktivierungsangebote im Sitzen und im Liegen

Lehrgang Nr. 17454
Datum: Freitag, 14.07.2017
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Koblenz

Sturzprophylaxe - Aktiv gegen Stürze

Lehrgang Nr. 17455
Datum: Montag, 17.07.2017
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Koblenz

Gerne senden wir Ihnen auch unseren Flyer mit den ausführlichen Angeboten kostenlos zu. Schicken Sie uns einfach eine E-Mail oder rufen Sie uns an.

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

Anmeldung über DTB-Gymnet: www.tvm.org

Fortbildungsveranstaltungen für

Lehrkräfte und Übungsleiter/Trainer

Titel: Wie beschäftige ich meine Klasse gleichzeitig mit verschiedenen Übungsreihen
Termin: 18.02.2017
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Koblenz
Teilnehmerkreis: Sportlehrkräfte aller Schularten und Übungsleiter/Trainer

Titel: Ausgewählte methodische Übungsreihen
Termin: 25.03.2017
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Koblenz
Teilnehmerkreis: Sportlehrkräfte an Realschulen Plus und Gymnasien und Übungsleiter/Trainer

Titel: Functional Training in der Schule - Moderne Trainingsformen für Jugendliche ab ca. 13 Jahre
Termin: 06.05.2017
Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Koblenz
Teilnehmerkreis: Sportlehrkräfte an Realschulen Plus und Gymnasien und Übungsleiter/Trainer

Hinweis für Sportlehrkräfte:

Weitere Informationen und Anmeldeformular finden Sie im Sportfortbildungskatalog der ADD Rheinland-Pfalz.

Hinweis für Übungsleiter/Trainer:

Ausschreibung und Anmeldung unter www.tvm.org

4. TVM-Sportlehrertag

am Freitag, 22. September 2017, in Daun

Turnen bewegt den Sportunterricht!

Turnen ist mehr als eine Wettkampfsportart. Wenn wir von Turnen reden, reden wir auch über die Vielfalt des Turnens. Wir reden natürlich über das Gerätturnen an den Turngeräten, aber auch über Trampolinturnen, Turnspiele, Akrobatik, Rope Skipping und wir reden über sportliche Trends und nicht zuletzt über die Gymnastik und den Gesundheitssport. Turnen ist vielseitig. Und genau diese Vielzahl an Themen greifen wir bei unserem 4. TVM-Sportlehrertag in Daun auf. Unser Bildungsangebot am 22.9.2017 in Daun beinhaltet die Teilnahme an mehreren schulartbezogenen Praxis-Arbeitskreisen. Wir garantieren für qualifizierte Referentinnen und Referenten. Wir sind der Meinung „Turnen bewegt den Sportunterricht“ und freuen uns, Sie und damit auch alle Ihre Schülerinnen und Schüler überzeugen zu dürfen!

Die Ausschreibung wird im Frühjahr 2017 unter www.tvm.org veröffentlicht oder kann bei der TVM-Geschäftsstelle angefordert werden.



Angebote 2017

qualifizieren ...

ausbilden ...

weiterbilden ...

wieder einsteigen ...

Informieren Sie sich jetzt!

www.tvm.org

turnen bewegt

Ausbildungen 1. Lizenzstufe

Übungsleiter-Ausbildung C „Kinderturnen“ (120 LE)

Kinderturnen: Das bedeutet Sammeln vielfältiger Bewegungserfahrungen für Kinder zwischen 2 und 10 Jahren. Sie möchten in Ihrem Verein Kindern eine umfassende, freizeitsportorientierte Grundlagenausbildung anbieten? Dann sind Sie genau richtig bei unserer Ausbildung zum Übungsleiter Kinderturnen. Die Inhalte erstrecken sich vom Fingerspiel zum Bewegungslied, vom Spiel mit Alltagsmaterialien bis hin zu Bewegungslandschaften mit Großgeräten und Hinführung zu Grundelementen im Gerätturnen und orientieren sich an der Entwicklung und den Bedürfnissen der Kinder. Sie werden erstaunt sein, was im Kinderturnen alles möglich ist!

Die praktische und theoretische Ausbildung erfolgt in allen Teilbereichen des Breiten- und Freizeitsports (Sportmedizin, Sport- und Entwicklungspsychologie, Trainingslehre, Sportpädagogik) und umfasst 120 Lerneinheiten. Im Vordergrund steht der Erwerb von Handlungskompetenz für die ÜL, um ein attraktives und an zeitgemäßen Entwicklungen orientiertes Kinderturnen in den Vereinen zu praktizieren. Sie ist Voraussetzung zum Erwerb der zweiten Lizenzstufe Prävention „Gesundheitsförderung im Kinderturnen“. Beim Kinderturnen dreht sich alles um Mitmachen, Bewegen, Spielen, Erleben, Üben und Können.

Lehrgang Nr. 17100
Daten: 03.-05.03.2017 (Basis-Modul)
07.-13.04.2017 (Aufbau-Modul)
05.-07.05.2017 (Lernerfolgskontrolle)
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 03.02.2017
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.tvm.org

Lehrgang Nr. 17105
Daten: 08.-10.09.2017 (Basis-Modul)
06.-13.10.2017 (Aufbau-Modul)
04./05.11.2017 (Lernerfolgskontrolle)
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 11.08.2017
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.tvm.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 selbständig 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. Außerdem wird theoretisches Hintergrundwissen zur Planung und zum Aufbau einer Unterrichtsstunde, zu Marketing und Öffentlichkeitsarbeit sowie zu Aufsichts- und Rechtsfragen vermittelt. Die Trainer/innen Breitensport „Fitness und Gesundheit für Erwachsene“ werden darin ausgebildet, qualifizierte Angebote für gesundheitsbewusste Menschen zu machen.

Lehrgang Nr. 17101
Daten: 03.-05.03.2017 (Basis-Modul)
07.-13.04.2017 (Aufbau-Modul)
05.-07.05.2017 (Lernerfolgskontrolle)
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 03.02.2017
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.tvm.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 selbständig zu planen und durchzuführen. Zielgruppe dieses Vereinsangebotes sind Kinder, Jugendliche und Erwachsene überwiegend des weiblichen Geschlechts. Inhalte der Ausbildung sind u.a. konditionell-koordinatives Grundagentraining, gymnastische Grundformen, sowie körpertechnisch-tänzerisches Training, Zusammenhänge von Musik und Bewegung, Handgeräte, Tanzstile und Fitness-Trends. Daneben wird auch Hintergrundwissen zu Anatomie und Physiologie, Planung von Unterrichtsstunden, Grundlagen des Trainings, Führen von Gruppen, zielgruppenspezifischen Besonderheiten sowie zu Aufsichts- und Rechtsfragen vermittelt.

Lehrgang Nr. 17102
Daten: 30.06.-07.07.2017 und
25.-27.08.2017 (Lernerfolgskontrolle)
Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 02.06.2017
Gebühren: 180,00 EUR (inkl. Mittagessen)
594,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und
Verpflegung) zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer
aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Anmeldung: www.tvm.org

Ausbildungen 1. Lizenzstufe

Trainer-C-Ausbildung Leistungssport „Gerätturnen“ (120 LE)

Ziel der Ausbildung zur Trainerin / zum Trainer C ist die Vermittlung einer vielfältigen Grundausbildung unter Berücksichtigung unterschiedlicher didaktisch-methodischer Ansätze. Die Tätigkeit der Trainerin / des Trainers C umfasst die Hinführung zum wettkampf- und leistungsorientierten Training im Gerätturnen. Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Grundagentrainings für Anfängerinnen, Anfänger und Fortgeschrittene. Nach der Ausbildung können Sie im Verein Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Anfängerbereich (sowohl weiblich als auch männlich) mit unterschiedlichen Methoden und altersgerecht an das Gerätturnen heranzuführen. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, Pflichtfolgen und die ersten Stufen der Pflichtübungen zu vermitteln.



Lehrgang Nr. 17103
Daten: 30.06.-09.07.2017 und
25.-27.08.2017 (Lernerfolgskontrolle)
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 02.06.2017
Gebühren: 180,00 EUR (inkl. Mittagessen)
686,00 EUR (inkl. Übernachtung im Doppelzimmer
und Verpflegung) zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer
aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Anmeldung: www.tvm.org

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 und SPORT PRO GESUNDHEIT beantragen zu können.

Lehrgang Nr. 17104
Daten: 04.-10.08.2017
Zeit: jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 07.07.2017
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 276,00 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

17110	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 5	28./29.01.17
17111	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 5	28./29.01.17
17112	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 1	03.-05.03.17
17113	DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 1	17.-19.03.17
17114	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 1	17.-19.03.17
17115	DTB-Weiterbildung „Core & Stability-Instructor“	25./26.03.17
17116	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Faszio® Training - Teil 1“	25./26.03.17
17117	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Faszio® Training - Teil 2“	01./02.04.17
17118	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 2	05.-07.05.17
17119	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Entspannungstechniken“	12.-14.05.17
17120	DTB-Weiterbildung „Instructor Outdoor FitCamp“	20./21.05.17
17121	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 2	26.-28.05.17
17122	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Menschen mit Demenz bewegen“	26.-28.05.17
17123	DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 2	23.-25.06.17
17124	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 3	25.-27.08.17
17125	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 3	01.-03.09.17
17126	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 3	15.-17.09.17
17127	DTB-Weiterbildung „Tough-Class-Instructor“	23./24.09.17
17128	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 4	20.-22.10.17
17129	DTB-Weiterbildung „CrossTraining-Instructor“	28./29.10.17
17130	DTB-Yogalehrer Supervisionskurs	28./29.10.17
17131	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“	10.-12.11.17
17132	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Faszio® Training - Teil 1“	18./19.11.17
17133	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 4	24.-26.11.17
17134	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Faszio® Training - Teil 2“	25./26.11.17
17135	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 5	02./03.12.17

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
Andrea Kuhl Tel.: 0261/135-158 • E-Mail: andrea.kuhl@tvm.org

Anmeldung über DTB-Gymnet: **www.tvm.org**