



LANDESTURNVERBAND  
SACHSEN-ANHALT

*Bildungsheft*  
**2025**

*Ausbildungen*  
*Workshops*  
*Specials*

# DAS AUTO-ABO.

Exklusiv für den Sport.

Seit 1997 liefern wir unschlagbare Mobilitätsangebote - exklusiv für den Sport: Immer Neuwagen zu einer festen monatlichen Rate fahren, in der alles drin ist, außer Tanken.

Jetzt informieren und ins einzigartige Auto-Abo einsteigen!

schon ab mtl.  
**299 €**  
Neuwagen  
fahren!



**Zu den Angeboten**

Athletic Sport Sponsoring | [www.ichbindeinauto.de](http://www.ichbindeinauto.de)  
Partner des Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V.

**Athletic Sport Sponsoring**  
— ICH BIN DEIN AUTO

## Inhaltsverzeichnis

Jahresübersicht	4
Einführung Aus- und Weiterbildungen	8
Workshops Gymwelt (Kinder, Erwachsene, Ältere)	10
Ausbildungen Gymwelt (Kinder, Erwachsene, Ältere)	39
Sportarten – Angebote Technische Komitees	44
Video-Fortbildungen - Lernplattform	53
LTV-Referententeam	60
Anmeldung	62
Anträge auf Lizenzausstellung und Lizenzverlängerung	63
Allgemeine Geschäftsbedingungen	65



## Januar

	Bezeichnung	Gymwelt	Sport	AB	Seite
<b>18.</b>	Wirbelsäule & Schultern	WS 2501			10
<b>25.</b>	Lehren & Lernen	WS 2502			11

## Februar

<b>1.</b>	Trainer C Aerobic Leistungssport			AER 2501	50
<b>8.</b>	Übungsleiterhelfer Modul 1		GT 2501		45
<b>10.</b>	ÜL-B Basismodul			AB LSB	41
<b>23.</b>	Stress weg mit Bewegung	WS 2503			12

## März

<b>1./2.</b>	Trainer C Fitness			AB 2501	40
<b>1.</b>	Kampfrichter Aerobic			AER 2502	51
<b>8.</b>	Standardisierte Programme	WS 2504			13
<b>8.</b>	Frauentags-Special	WS 2505			14
<b>21.-23.</b>	ÜL Musik- und Spielmannswesen			MuS 2501	52
<b>28.-30.</b>	Übungsleiter C	AB KiTu 2501			43
<b>29.</b>	Weiterbildung Gerätturnen		GT 2502		46
<b>29.</b>	Yoga gegen Erschöpfung	WS 2506			15
<b>30.</b>	Yoga-Rhythmen	WS 2507			16

## April

<b>12.</b>	Neurozentriertes Pilates-Training	WS 2508			17
<b>13.</b>	Flexibility-Flow	WS 2509			18
<b>26.</b>	Atmung	WS 2510			19
<b>27.</b>	Leichtfüßig	WS 2511			20

## Mai

<b>9.</b>	Weiterbildung GT			GT 2503	47
<b>11.</b>	Yoga für den Rücken	WS 2512			21
<b>16.</b>	Referenten- Qualifizierung	WS 2513			22
<b>24.</b>	Referenten- Qualifizierung	WS 2513			22

## Juni

<b>14.</b>	Gesunde Schultern	WS 2514			23
<b>15.</b>	Fit durch Tanzen—für Ältere	WS 2515			24
<b>30.</b>	Trainer C Gerätturnen Leistungssport			AB GT 2504	48



## August

<b>30.</b>	Gesundheit Knie-Hüfte	WS 2517			26
------------	-----------------------	---------	--	--	----

## September

<b>6.</b>	Zusammenarbeit Krankenkassen	WS 2518			27
<b>6./7.</b>	ÜL B Haltung & Bewegung			AB 2502	42
<b>7.</b>	Stärkung Immunsystem	WS 2519			28
<b>15.-19.</b>	Gesundheitssportwoche	WS 2520			29
<b>19.-21.</b>	Power- und Relax-Wochenende	WS 2521			30
<b>27.</b>	Funktionelles Training mit Kleingeräten	WS 2522			31
<b>27.</b>	Sensibilisierung zur Inklusion	KiTu 2502			32



## Oktober

<b>19.</b>	Sturzprophylaxe für Ältere	WS 2523			33
<b>25.</b>	Aktivierung der faszialen Strukturen	WS 2524			34

## November/Dezember

<b>1.11.</b>	Klang-Yoga Füße	WS 2525			35
<b>8.11.</b>	Yoga 4 Asanas	WS 2526			36
<b>14.- 16.11</b>	Power & Relax- Wochenende	WS 2527			37
<b>28.11.</b>	Sitzen ist das neue Rau- chen	WS 2528			38
<b>13.12.</b>	Weiterbildung GT			GT 2505	49



## Einführung - Aus- und Weiterbildungen

### Neuerungen Aus- und Fortbildungsbereich

Die Corona-Problematik hat vieles in Bewegung gebracht - so auch im Aus- und Fortbildungsbereich. Daher möchten wir euch die Möglichkeit für eure Lizenzverlängerungen in Form von digitalisierten Angeboten geben:

**Online Fortbildung via Video** mit je 2 LE für die Lizenzverlängerung für derzeit gesamt 9 Module (weitere Themen sind in Planung).

Natürlich bieten wir Euch auch nach wie vor Präsenzveranstaltungen als Tages, Wochenend- und/ oder Wochenveranstaltungen an.

### TAGES-WORKSHOPS - WEITERBILDUNGEN

haben als Ziel Übungsleitern ein großes Spektrum an Übungen, Themen und Variationen an Sportangeboten an die Hand zu geben, um eigene Sportstunden variantenreich und vielfältig durchführen zu können. Sie sind im Heft nach Themenbereichen geordnet.

Seit 2017 sind die von der Zentralen Prüfstelle für Prävention neu zertifizierten standardisierten Programme des DTB mit Anerkennung der Angebote durch die Krankenkassen in die Übungsleiter B-Ausbildung integriert. Vorteil für die Teilnehmer dieser Kurse ist die Teilfinanzierung der Kosten durch die Krankenkassen für Einstiegsangebote. Dadurch sollen Menschen angesprochen und begeistert werden, regelmäßig Sport in Vereinen zu treiben und langfristig an den Verein zu binden.

### ZWEI-TAGES- ODER WOCHENVERANSTALTUNG

sind für 2025 als Erlebnis-Spezialtage zum Entspannen, Kraft tanken und genießen konzipiert: Zweimal "Power & Relax" und mehrere Gesundheitssportwochenenden in verschiedenen Regionen Sachsen-Anhalts sind im Angebot.

### AUSBILDUNGEN GYMWELT UND WETTKAMPFSPO

schließen in der Regel mit einer Lizenz (Übungsleiter-, Trainer C oder B-Lizenz des DOSB/ LTV/S-A) ab, welche Ausdruck des fachlichen Knowhows des Übungsleiters/ Trainers sind. Vereine können Zuschüsse für lizenzierte Übungsleiter/Trainer erhalten. Bei Spezialthemen kann auch ein Zertifikat über die fachliche Qualifikation Abschluss der Ausbildung sein.

**Trainer C- Breitensport-** (Kursleiter Aerobic & Fitness - Gesundheit & Fitness - Gymnastik/ Rhythmus/ Tanz), Trainer B- Prävention Haltung und Bewegung - Faszien-Grundausbildung

**Trainer C- Leistungssport-** Turnen - Aerobic - Rhythmische Sportgymnastik

**Weitere Sportarten und Fachbereiche-** Akrobatik - Orientierungslauf - Rhönradturnen - Musik und Spielmannszüge - Kinderturnen





## ZIELGRUPPE KINDER AUS- UND WEITERBILDUNG

ist speziell für den Aufbau des Kinderturnens in den Vereinen konzipiert. Die Aus- und Fortbildungen dienen dem Aufbau und dem Ausbau von Kinderturnclubs in den Vereinen.

Die Angebote sind farblich gestaltet:

Gymwelt-Kinderturnen	
Special	
Ausbildungen	
TKs	
Kooperationen	als diese gekennzeichnet

## TEILNEHMERGEBÜHREN - ANMELDEFRISTEN

Die Teilnehmergebühren sind an die Anzahl der Lerneinheiten gebunden. Gymcard-Besitzer und Mitglieder des LTV erhalten vergünstigte Preise. Es gelten grundsätzlich folgende Preise pro Lerneinheit:

Preise für	Pro Lerneinheit
Gymcard-Teilnehmer	6 Euro
LTV/S-A Mitglied	7 Euro
Normalpreis Nichtmitglied - ohne Gymcard	LTV-Tarif + 20 Euro

Maßnahme	Anmeldetermin bis
Tagesworkshop	3 Wochen
Kinderturnen	6 Wochen
Ausbildungen	8 Wochen

Allgemeine Anmeldefristen zu den Maßnahmen sind abhängig von der Art der Veranstaltung. Gesonderte Termine sind an der Maßnahme entsprechend gekennzeichnet. Das Online-Anmeldeformular ist unter [www.landesturnverband-sachsen-anhalt.de/anmeldeformular](http://www.landesturnverband-sachsen-anhalt.de/anmeldeformular) abrufbar. Ein Anmeldeformular befindet sich als Muster hier im Heft.

## FORMULARE

Auf der Homepage des LTV befinden sich im Downloadbereich zwei neue Formulare zur „**Lizenzausstellung**“ und „**Lizenzverlängerung**“ unter:

[www.landesturnverband-sachsen-anhalt.de/downloads](http://www.landesturnverband-sachsen-anhalt.de/downloads)

Hier im Heft befinden sich ebenfalls zwei Muster zur Verwendung, sämtliche erforderlichen Nachweise können als Kopie bevorzugt per E-Mail unter [lizenzen@ltv-sachsen-anhalt.de](mailto:lizenzen@ltv-sachsen-anhalt.de) eingereicht werden.

Ebenfalls im Downloadbereich befindet sich das Formular „**Rückerstattung**“, zur Rückzahlung von bereits gezahlten Teilnehmergebühren.



## WS 2501 „Wirbelsäule & Schultern alltagspraktisch“ Lerne Dich und Deinen Körper kennen und navigieren

<b>Termin:</b> 18. Januar 2025	<b>Tag:</b> Samstag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 Uhr bis 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Janka Daubner	<b>Meldeschluss:</b> 3. Januar 2025
<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle	Stadtforststraße 104, 06120 Halle
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Stelle Dir bitte vor, Dein Körper wäre ein Raumanzug und Du hast für alle „Knöpfe“ in Deinem Körper eine Gebrauchsanleitung und kannst dieser richtig bedienen. Dazu bedarf es zu, wissen wie man welche Körperbereich bewegt und Warum? Im Sport fällt dies oft leichter als bei Alltagsbewegungen ... Hast Du Dir im Alltag überlegt wie Du Dich effektiv hinsetzen und aufstehen kannst und vor allem Warum? Für was ist unsere Körperhaltung alles verantwortlich—wozu hat sie einen Bezug. Überlege selbst einmal— Verschleiß Gelenke, Atmung, Optik und auch Gefühle, Gedanken ....


Warum ziehen wir eigentlich oft unsere Schultern hoch, obwohl sie eigentlich mit der Schwerkraft anatomisch „eigentlich“ von allein nach unten sinken dürften. Das und vieles mehr schauen wir uns in „anderer“ Art und Weise im Workshop genau an.



**Lizenzverlängerung:**

1. & 2. Lizenzstufe

## WS 2502 „Neue Ansätze des Lernen & Lehrens“ im Bereich Gesundheit & Sport

<b>Termin:</b> 25. Januar 2025	<b>Tag:</b> Samstag						
<b>Uhrzeit:</b> 9 bis 12 Uhr	<b>LE:</b> 6						
<b>Referentin:</b> Janka Daubner	<b>Meldeschluss:</b> 5. Januar 2025						
<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle	Stadtforststraße 104, 06120 Halle						
<b>Kosten:</b> <table border="0"> <tr> <td>Gymcard</td> <td>36 Euro</td> </tr> <tr> <td>LTV-Mitglied</td> <td>42 Euro</td> </tr> <tr> <td>Extern</td> <td>62 Euro</td> </tr> </table>	Gymcard	36 Euro	LTV-Mitglied	42 Euro	Extern	62 Euro	
Gymcard	36 Euro						
LTV-Mitglied	42 Euro						
Extern	62 Euro						
<b>Inhalte/Beschreibung</b> <p>Fühlst Du auch, das Du neue Wege im Umgang des Lernen und Lehrens mit Erwachsenen und auch Kindern gehen willst.</p> <p>Hier im Workshop werden Alternativen aufgezeigt:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• anatomische Gegebenheiten als Bilder zu verinnerlichen und durch die Einfachheit praktisch anwenden zu können</li> <li>• Lernwege aufzuzeigen mit einem Überblick der Lernenden, wo sie auf dem Lernpfad stehen oder auch, wo die eigenen Baustellen sind</li> <li>• Anfertigung von Schaubildern für den eigenen Unterricht, Sport- oder Übungsstunden, um diese „lebendig“ und nachvollziehbar zu gestalten</li> <li>• Verknüpfung von Fertig- und Fähigkeitsvermittlung, die zu schnelleren Lerntempo mit Erinnerungsvermögen und Lehrmöglichkeit führen— altersunspezifisch (wenn ich es vermitteln kann, habe ich es verstanden)</li> </ul>							
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe						

## WS 2503 „Stress weg mit Bewegung“

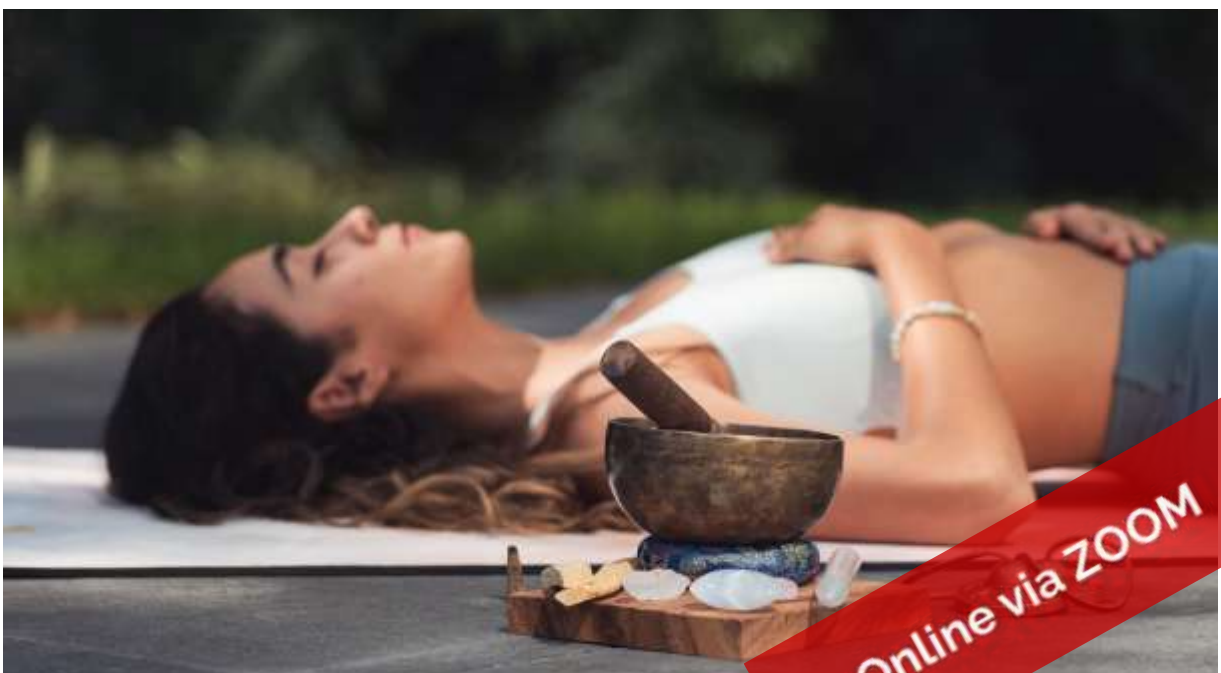
<b>Termin:</b> 23. Februar 2025	<b>Tag:</b> Sonntag						
<b>Uhrzeit:</b> 18 - 21 Uhr	<b>LE:</b> 4						
<b>Referentin:</b> Barbara Stengl	<b>Meldeschluss:</b> 31. Januar 2025						
<b>Ort:</b> online - ZOOM-Session	<b>Kosten:</b> <table border="0"> <tr> <td>Gymcard</td> <td>24 Euro</td> </tr> <tr> <td>LTV-Mitglied</td> <td>28 Euro</td> </tr> <tr> <td>Extern</td> <td>38 Euro</td> </tr> </table>	Gymcard	24 Euro	LTV-Mitglied	28 Euro	Extern	38 Euro
Gymcard	24 Euro						
LTV-Mitglied	28 Euro						
Extern	38 Euro						

### Inhalte/Beschreibung

Stress ist sehr persönlich und kann auf ganz unterschiedliche Weise entstehen.

Mit dem Sport haben wir ein sehr gutes Mittel, die negativen Folgen des Stresses zu reduzieren oder beseitigen. Die Übungsleiter-Trainer betrifft dieses Phänomen doppelt: sowohl für sich selbst als auch Anregungen für die Übungsstunden werden wir erarbeiten.

**Lizenzverlängerung:** 1. & 2. Lizenzstufe



Online via ZOOM

## WS 2504 „Standardisierte Programme“

<b>Termin:</b> 8. März 2025	<b>Tag:</b> Samstag						
<b>Uhrzeit:</b> 10 - 17 Uhr	<b>LE:</b> 8						
<b>Referentin:</b> Barbara Stengl	<b>Meldeschluss:</b> 25. Februar 2025						
<b>Ort:</b> online - ZOOM Session	<b>Kosten:</b> <table border="0"> <tr> <td>Gymcard</td> <td>48 Euro</td> </tr> <tr> <td>LTV-Mitglied</td> <td>56 Euro</td> </tr> <tr> <td>Extern</td> <td>76 Euro</td> </tr> </table>	Gymcard	48 Euro	LTV-Mitglied	56 Euro	Extern	76 Euro
Gymcard	48 Euro						
LTV-Mitglied	56 Euro						
Extern	76 Euro						
<b>Inhalte/Beschreibung</b>							
<p>Der Deutsche Turner-Bund zeichnet mit dem Siegel "Präventionsgeprüft" standardisierte Kursprogramme im Gesundheitssport aus. Das Siegel steht für qualifizierte, standardisierte und evaluierte Kursprogramme im Gesundheitssport. Damit können Übungsleiter mit einer ÜL B-Lizenz „Prävention“ im Verein Kurse in Kooperation mit den Krankenkassen anbieten. Eure Teilnehmer können nach dem Kurs mit ihrer Krankenkasse einen Zuschuss beantragen.</p> <p>Welche Themen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• fit&amp; gesund</li> <li>• Trittsicher durchs Leben</li> <li>• walking</li> <li>• Bewegen statt schonen</li> </ul>							
<b>Lizenzverlängerung und TN-Voraussetzung:</b>	2. Lizenzstufe						

Online via ZOOM

## WS 2505 „Frauentags-Special“

<b>Termin:</b> 8. März 2025	<b>Tag:</b> Samstag
<b>Uhrzeit:</b> 9 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Jeanette Wolf	<b>Meldeschluss:</b> 5. Februar 2025
<b>Ort:</b> TH Zentrum Sport und Gesundheit des Sportclub Bernburg e.V. Albert-Schweitzer-Ring 26, 06406 Bernburg	<b>Meldung an:</b> Tel.: 03471/623657 gesundheit-zentrum@t-online.de Volksbank-Börde-Bernburg eG DE 91810 6905 20100 150665 BIC GENODEF 1WZL Vorkasse bis 16.02. 10% Ermäßigung
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro
<b>Inhalte/Beschreibung</b> „Fit für den Alltag“	<b>In Kooperation</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balanceübungen mit und ohne Balancepad</li> <li>• Faszientraining mit Faszienbällen</li> <li>• Linedance</li> </ul>	
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. Lizenzstufe



## WS 2506 „Yoga gegen Erschöpfung (Fatigue)“

<b>Termin:</b> 29. März 2025	<b>Tag:</b> Samstag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Beate Kleinschmidt	<b>Meldeschluss:</b> 5. März 2025
<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle	Stadtforststraße 104, 06120 Halle
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Yoga ein beliebtes Bewegungs- und Entspannungskonzept und kann gut als Entspannung genutzt werden.

Hier erfahrt Ihr Anwendungsvarianten für die Reduktion von Erschöpfung und Müdigkeit (Fatigue). Es wird auf die Ursachen von Erschöpfung eingegangen und über Yoga-Techniken und Asanas der Erschöpfung gegengewirkt und/oder präventiv agiert.

### Lizenzverlängerung:

1. & 2. Lizenzstufe



**WS 2507 „Yoga Rhythmen“**

<b>Termin:</b> 30. März 2025	<b>Tag:</b> Sonntag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 bis 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Beate Kleinschmidt	<b>Meldeschluss:</b> 1. März 2025
<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle	Stadtforststraße 104, 06120 Halle
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro

**Inhalte/Beschreibung**

Viele körperliche Prozesse laufen rhythmisch ab: Herzschlag und Atmung, Peristaltik des Darms, Zellbewegung, Liquorfluss, Schlafen und Wachen... Häufig stört unsere Lebensweise diese Rhythmen.

Im Workshop werden wir Yoga-Abläufe und Atemübungen kennenlernen, die die natürlichen Rhythmen unterstützen. Darüber hinaus befassen wir uns in einem kurzen Theorieteil mit der Organ-Uhr.

<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe
----------------------------	---------------------





## WS 2508 „Neurozentriertes Pilates-Training nach „Der bewegte Weg zur Achtsamkeit“

<b>Termin:</b> 12. April 2025	<b>Tag:</b> Samstag						
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6						
<b>Referentin:</b> Christiane Maneke	<b>Meldeschluss:</b> 25. März 2025						
<b>Kosten:</b> <table border="0"> <tr> <td>Gymcard</td> <td>36 Euro</td> </tr> <tr> <td>LTV-Mitglied</td> <td>42 Euro</td> </tr> <tr> <td>Extern</td> <td>62 Euro</td> </tr> </table>	Gymcard	36 Euro	LTV-Mitglied	42 Euro	Extern	62 Euro	<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle Stadtforststraße 104 06120 Halle
Gymcard	36 Euro						
LTV-Mitglied	42 Euro						
Extern	62 Euro						
<b>Inhalte/Beschreibung</b> Das Pilates-Training mit neuen Impulsen durch das neurozentrierte Training erleben. Die Augen und die Sensomotorik werden in diesem Workshop eingesetzt, um die einzelnen Pilatesübungen noch effektiver und mit mehr Wohlbefinden durchzuführen. Zudem können einige Übungen in das tägliche Leben schnell integriert werden.							
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe						



## WS 2509 „Flexibility Flow“

<b>Termin:</b> 13. April 2025	<b>Tag:</b> Sonntag
<b>Uhrzeit:</b> 10 - 15 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Jeanette Wolf	<b>Meldeschluss:</b> 25. März 2025
<b>Ort:</b> Genthin, Sporthalle	Martha-Brautzsch-Straße 5
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Ein Workout-, welches schnell und "im Fluss" hintereinander ausgeführte Übungen beinhaltet, die zum einen Dehnen und zum anderen auch eine Progressivitätssteigerung beinhalten. Dabei sind verschiedene Aspekte von Bedeutung.

Beim Flow ist man mehr oder weniger die ganze Zeit in Bewegung. Es handelt sich somit um eine sehr dynamische Ausführung von Dehnungsübungen, bei der man schon mal richtig ins Schwitzen kommen kann.

Entscheidend beim „Flex & Strong-Flow“ sind die ruhigen, gleichmäßigen und geschmeidigen Bewegungen. Eine Steigerung der Mobilität sowie der Beweglichkeit im Allgemeinen sind die Hauptziele dieses Workouts.

### Lizenzverlängerung:

1. & 2. Lizenzstufe



## WS 2510 „Atmung nach „Der bewegte Weg zur Achtsamkeit“

**Termin:** 26. April 2025

**Tag:** Samstag

**Uhrzeit:** 9.30 - 16.30 Uhr

**LE:** 8

**Referentin:** Christiane Maneke

**Meldeschluss:** 1. April 2025

**Kosten:**

Gymcard	48 Euro
LTV-Mitglied	56 Euro
Extern	76 Euro

**Ort:** Natur & Reha Sportverein  
Steinkamp 1c  
38871 Stapelburg

### Inhalte/Beschreibung

In diesem Präsenz-Kurs wird durch bewegte Achtsamkeit und erlebter Anatomie (Brustkorb, Zwerchfell, Lungen...) verdeutlicht wie wichtig eine gute Atmung ist. Gerade im Bewegungsbereich wird nicht häufig auf die Atmung geachtet. Dieses ist besonders wichtig für Menschen mit Atemproblematiken, COPD, asthmatische Erkrankungen und im Moment aktuell die Menschen, die mit Long Covid beeinträchtigt sind. Es wird nicht nur das Immunsystem gestärkt, sondern es entsteht mehr Wohlbefinden, Entspannung, mentale Stärke, fließende Bewegungen, elastisches Faszienewebe, mobilere Gelenke und Freude an Bewegung. Die einfachen Aktivierungssequenzen und unterschiedliche Atemtechniken können schnell in Bewegungsstunden jeder Art (vom Kindersport über die Seniorengymnastik bis zum Spitzensport) und Alltag integriert werden.

**Lizenzverlängerung:**

1. & 2. Lizenzstufe



**WS 2511 „Leichtfüßig“**

<b>Termin:</b> 27. April 2025	<b>Tag:</b> Sonntag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Kirsten Niebuhr	<b>Meldeschluss:</b> 5. April 2025
<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle	Stadtforststraße 104, 06120 Halle
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro
<b>Inhalte/Beschreibung</b>	
Im Kurs werden folgende Themen in Theorie und Praxis näher beleuchtet	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muskellehre der Beine...Kräftigung und Dehnung</li> <li>- Warum Barfuß laufen so heilsam für Menschen ist</li> <li>- Übungen für gesunde Füße</li> <li>- Fußpunkte und Fußmassage</li> </ul>	
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe

Online via ZOOM



## WS 2512 „Yoga für den Rücken - für Senioren“

<b>Termin:</b> 11. Mai 2025	<b>Tag:</b> Sonntag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Gudrun Steinbach	<b>Meldeschluss:</b> 25. April 2025
<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle	Stadtforststraße 104, 06120 Halle
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro
<b>Inhalte/Beschreibung</b>	
<p>Yoga für den Rücken ist auch für ältere Menschen ein sehr angenehmes und doch kraft- und beweglichkeitsförderndes Training. Ein gesunder und starker Rücken steht im Fokus der Ausbildung.</p> <p>Dabei ist Yoga neben dem „Training“ noch mehr: ein ganzheitliches Lebenskonzept. Es ist nie zu spät zu starten!</p>	
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe



## WS 2513 „Referenten-Qualifizierung Basis“

<b>Termin:</b> 16. Mai 2025 Basis 1 24. Mai 2025 Basis 2	<b>Tag:</b> Freitag (1. Termin) Samstag (2. Termin)
<b>Uhrzeit:</b> 18 - 21 Uhr	<b>LE:</b> 8 (je 4 LE)
<b>Referentin:</b> Jeanette Wolf	<b>Meldeschluss:</b> 25. April 2025
<b>Ort:</b> ZOOM-Videokonferenz	
<b>Kosten:</b> Gymcard 48 Euro LTV-Mitglied 56 Euro Extern 76 Euro	

### Inhalte/Beschreibung

Der Workshop richtet sich an aktive Übungsleiter B Prävention mit Erfahrung, die Ihr Wissen gern als Referent zur Verfügung stellen wollen.

Du lernst das Know How für einen erfolgreichen Umgang für Fortbildungen im Bereich Gesundheit und Fitness inkl. Methodenlehre.

Du wirst gebraucht—melde Dich bitte an!

### Lizenzverlängerung:

2. Lizenzstufe



## WS 2514 „Funktionstraining für gesunde Schultern“

<b>Termin:</b> 14. Juni 2025	<b>Tag:</b> Samstag						
<b>Uhrzeit:</b> 9 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6						
<b>Referentin:</b> Janka Daubner	<b>Meldeschluss:</b> 20. Mai 2025						
<b>Ort:</b> Sportclub Bernburg e.V. <b>Meldung an:</b>  Tel.: 03471/623657 gesundheit-zentrum@t-online.de	Volksbank-Börde-Bernburg eG DE 91810 6905 20100 150665 BIC GENODEF 1WZL Vorkasse bis 01.06. 10% Ermäßigung						
<b>Kosten:</b> <table border="0"> <tr> <td>Gymcard</td> <td>36 Euro</td> </tr> <tr> <td>LTV-Mitglied</td> <td>42 Euro</td> </tr> <tr> <td>Extern</td> <td>62 Euro</td> </tr> </table>	Gymcard	36 Euro	LTV-Mitglied	42 Euro	Extern	62 Euro	
Gymcard	36 Euro						
LTV-Mitglied	42 Euro						
Extern	62 Euro						
<b>Inhalte/Beschreibung</b> Unsere beiden Schultern sind wahrlich ein Wunder der Natur, beweglich in alle Richtungen und zugleich stabil. Der gut sichtbare Oberarmkopf in einer eher flachen Pfanne ermöglicht diese Beweglichkeit. Stabilität erfahren die Schultergelenke durch starke Bändern und Oberarmmuskeln. Kreisen, Heben, Stützen, Halten, Pressen, Hängen, Ziehen, Werfen, Stoßen, Drehen, Schlagen und noch mehr- das alles ermöglichen sie uns. Im vielfältigen Workout lernen wir funktionelle Übungen und Übungsformen kennen und erproben, die unserer Schultergesundheit dienen. Das tut nicht nur uns, sondern auch dem Training im Verein gut.							
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. Lizenzstufe						



## WS 2515 „Fit durch Tanzen - für Ältere“

<b>Termin:</b> 15. Juni 2025	<b>Tag:</b> Sonntag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Gudrun Steinbach	<b>Meldeschluss:</b> 25. Mai 2025
<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle	Stadtforststraße 104, 06120 Halle
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Tanz bringt in jedem Alter Spaß, Freude und Bewegung in den Alltag und ins Leben. Gerade die ältere Generation ist oft allein.

Soziale Kontakte können das Leben bereichern und Bewegung bringt einen großen Beitrag für Wohlbefinden und Gesundheit.

Beim Tanzen für die ältere Generation sind einige Dinge zu beachten.

Im Workshop wird auf diese eingegangen. In Theorie und Praxis erhaltet Ihr viele Anregungen für Tanzstunden.

### Lizenzverlängerung:

1. & 2. Lizenzstufe





In diesem Jahr finden die Workshops wieder als Mitmach-Angebote statt. Diese werden in der gesonderten Ausschreibung zu finden sein.

# JAHN-TURNFEST

Termin:

23. August 2025 von 10.30 bis 16 Uhr

## WS 2517 „Gesundheit Knie & Hüften“ - Lerne Dich und Deinen Körper kennen und navigieren

<b>Termin:</b> 30. August 2025	<b>Tag:</b> Samstag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Janka Daubner	<b>Meldeschluss:</b> 10. August 2025
<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle	Stadtforststraße 104, 06120 Halle
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Stelle Dir bitte vor, Dein Körper wäre ein Raumanzug und Du hast für alle „Knöpfe“ in Deinem Körper eine Gebrauchsanleitung und kannst dieser richtig bedienen. Dazu bedarf es zu, wissen wie man welche Körperbereiche bewegt und Warum? Im Sport fällt dies oft leichter als bei Alltagsbewegungen

...  
Hast Du Dir im Alltag überlegt wie Du Dich effektiv hinsetzen und aufstehen kannst und vor allem Warum?

Unsere Knie sind ein Scharniergelenk, sie lieben keine Drehung—doch wie nutzen wir sie?

Unsere Hüften bilden ein stabiles Gleichgewicht. Sind wir uns dessen bewusst und ist die Balance der Bewegung im Alltag integriert?

Das und vieles mehr schauen wir uns in „anderer“ Art und Weise im Workshop genau an.



**Lizenzverlängerung:**

1. & 2. Lizenzstufe

## WS 2518 „Standardisierte Programme“ Zusammenarbeit Krankenkassen

**Termin:** 6. September 2025

**Tag:** Samstag

**Uhrzeit:** 10 - 17 Uhr

**LE:** 8

**Referentin:** Barbara Stengl

**Meldeschluss:** 25. August 2025

**Ort:** online-ZOOM Session

**Kosten:**

Gymcard	48 Euro
LTV-Mitglied	56 Euro
Extern	76 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Der Deutsche Turner-Bund zeichnet mit dem Siegel "Präventionsgeprüft" standardisierte Kursprogramme im Gesundheitssport aus. Das Siegel steht für qualifizierte, standardisierte und evaluierte Kursprogramme im Gesundheitssport. Damit können Übungsleiter mit einer ÜL B-Lizenz „Prävention“ im Verein Kurse in Kooperation mit den Krankenkassen anbieten. Eure Teilnehmer können nach dem Kurs mit ihrer Krankenkasse einen Zuschuss beantragen.

- Fit & Gesund
- Ganzkörperkräftigung
- Fit bis ins hohe Alter
- Cardio Aktiv

**Lizenzverlängerung und TN-Voraussetzung:**

2. Lizenzstufe

Online via ZOOM

## WS 2519 „Stärkung des Immunsystems durch eine gute Atmung durch der bewegte Weg zur Achtsamkeit“

<b>Termin:</b> 7. September 2025	<b>Tag:</b> Sonntag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Christiane Maneke	<b>Meldeschluss:</b> 15. August 2025
<b>Kosten:</b> Gymcard 36 Euro LTV-Mitglied 42 Euro Extern 62 Euro	<b>Ort:</b> Online
<b>Inhalte/Beschreibung</b>	
<p>In diesem Online- Kurs wird durch bewegte Achtsamkeit und erlebter Anatomie (Brustkorb, Zwerchfell, Lungen...) verdeutlicht wie wichtig eine gute Atmung ist. Gerade im Bewegungsbereich wird nicht häufig auf die Atmung geachtet. Dieses ist besonders wichtig für Menschen mit Atemproblematiken, COPD, asthmatische Erkrankungen und im Moment aktuell die Menschen, die mit Long Covid beeinträchtigt sind. Es wird nicht nur das Immunsystem gestärkt, sondern es entsteht mehr Wohlbefinden, Entspannung, mentale Stärke, fließende Bewegungen, elastisches Fasziengewebe, mobilere Gelenke und Freude an Bewegung. Die einfachen Aktivierungssequenzen und unterschiedliche Atemtechniken können schnell in Bewegungsstunden jeder Art (vom Kindersport über die Seniorengymnastik bis zum Spitzensport) und Alltag integriert werden.</p>	
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe



In Kooperation

## WS 2520 „Gesundheitssportwoche“

**Termin:** 15.-19. September 2025

**Tag:** Montag - Freitag

**Uhrzeit:** Montag 14 Uhr bis  
Freitag 13 Uhr

**LE:** 15

**Referenten:** Barbara Stengl  
Janka Daubner

**Meldeschluss:** 15. Juni 2025

**Ort:** Reit- und Wellness Hotel  
Stangerode

**Kosten:**

Gymcard	480 Euro
LTV-Mitglied	425 Euro
Extern	550 Euro

Alle Preise im DZ  
Einzelzimmeraufschlag 100 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Die Gesundheitswoche ist eine Allround-Woche mit viel Spaß, Freude und Erholung. Es werden verschiedene Themen beleuchtet wie z.B. Wirbelsäule, gesund älter werden und Entspannung. Das Hotel bietet viele Möglichkeiten und hat auch einen großen Wellness-Bereich, der nicht nur für Relax- und Wohlfühlsessions dient. Wir nutzen ihn auch für Aqua-Gymnastik. Die Bewegung sowohl in der Halle als auch im Freien wird jeden Tag nicht zu kurz kommen. Die Themen werden vor Ort und Wunsch mit den Teilnehmern ausgewählt. Beide Referenten haben einen großen Erfahrungsschatz und stimmen sich so optimal auf die Wünsche der Teilnehmer ein.

Der Kursbeitrag beinhaltet: Übernachtung + Verpflegung und alle Sport- und Bewegungsangebote.

**Lizenzverlängerung:**

1. & 2. Lizenzstufe



**WS 2521 „Power & Relaxwochenende“ (Zusatztermin)**

<b>Termin:</b> 19.-21. September 2025	<b>Tag:</b> Freitag bis Sonntag						
<b>Uhrzeit:</b> 18 Uhr Freitag bis Sonntag 13 Uhr	<b>LE:</b> 15						
<b>Referenten:</b> Janka Daubner Barbara Stengl	<b>Meldeschluss:</b> 1. Juli 2025						
<b>Ort:</b> Reit- und Wellness Hotel Stangerode							
<b>Kosten:</b> <table border="0"> <tr> <td>Gymcard</td> <td>300 Euro</td> </tr> <tr> <td>LTV-Mitglied</td> <td>330 Euro</td> </tr> <tr> <td>Extern</td> <td>365 Euro</td> </tr> </table>	Gymcard	300 Euro	LTV-Mitglied	330 Euro	Extern	365 Euro	Preise im Doppelzimmer EZ- Aufschlag 60 Euro
Gymcard	300 Euro						
LTV-Mitglied	330 Euro						
Extern	365 Euro						
<b>Inhalte/Beschreibung</b>							
<p>Wohlfühl-Wochenende in wunderschönem Hotel im Harz          Power durch Aktivangebote wie Walk mit smoveys - Bodystyling mit Tüchern          - Bewegungsangebote - Wirbelsäule in Theorie und Praxis - Out - und In-          door-Sportangebote, Entspannung &amp; Meditation, Aktivität im Wasser.</p>							
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe						



## WS 2522 „Funktionelles Training mit Kleingeräten“

<b>Termin:</b> 27. September 2025	<b>Tag:</b> Samstag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Jeanette Wolf	<b>Meldeschluss:</b> 25. September 2025
<b>Ort:</b> 06642 Kaiserpfalz OT Wohlmirstedt	Turnhalle am Platz der Einheit
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro
<b>Inhalte/Beschreibung</b>	
<p>Funktionelles Training trainiert den ganzen Körper. Genutzt werden dafür viele verschiedene Kleingeräte. Es ist ein super für:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fitness-Training</li> <li>- Stärkt die Gesundheit</li> <li>- bringt Vielfalt für die Teilnehmer</li> <li>- Bringt viel Freude und Schwung</li> </ul> <p>Im Workshop bekommt Ihr viele praktische Anwendungsbeispiele und Ideen für diese Art von Stunden.</p>	
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe



## KiTu 2502 „Sensibilisierung zur Inklusion und Selbstbestimmtheit im Kindersport“

<b>Termin:</b> 27. September 2025	<b>Tag:</b> Samstag
<b>Uhrzeit:</b> 9 - 16 Uhr	<b>LE:</b> 8
<b>Referent:</b> Ulf Karge u.a.	<b>Meldeschluss:</b> 12. September 2025
<b>Ort:</b> Halle	
<b>Kosten:</b> werden noch festgelegt	

### Inhalte/Beschreibung

Für den Landesturnverband ist das Angebot einer grundlagenorientierten Trainerlizenzausbildung C, Kinderturnen, Eltern-Kind-Turnen/ Kleinkindturnen, von enormer und aktueller Bedeutung. Es werden vielfältige trainingssportliche, pädagogisch-psychologische, planungsorientierte und inklusive Inhalte theoretisch und praktisch vermittelt.

Die Entwicklung von Koordination und Kondition; die Grundlagen der Psychomotorik; die Planung, Durchführung und Auswertung einer Übungsleiterstunde; die Umsetzung eines Eltern-Kind-Gesprächs, der Spaß am Spiel und der Bewegung bei Kindern uvm., sind einige Beispiele für die inhaltlichen Schwerpunkte der Ausbildung.

**Neu** ist in diesem Lehrgang ein „Professioneller und Inklusiver Ausblick“, für die erfolgreiche Integration von Kindern mit den verschiedensten Behinderungen in eine Kinderturngruppe.

<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe
----------------------------	---------------------



## WS 2523 „Sturzprophylaxe für Ältere“

<b>Termin:</b> 19. Oktober 2025	<b>Tag:</b> Sonntag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Gudrun Steinbach	<b>Meldeschluss:</b> 5. September 2025
<b>Ort:</b> Bewegungszentrum Halle	Stadtforststraße 104, 06120 Halle
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Der Workshop steuert die kleinen Muskeln für dein Training an für die ältere Generation! Stürzen vorbeugen und Stürze vermeiden ist ein aktuelles Thema für unsere ältere Generation. Unsere Gesundheit steht an erster Stelle und es kann viel getan werden.

Die „kleinen Muskeln“ dienen der Stabilität im Alltag und je vielfältiger die Ausbildung und Aktivierung ist, umso stabiler sind Menschen im Alltag.

### Lizenzverlängerung:

1. & 2. Lizenzstufe



## WS 2524 „Aktivierung der faszialen Strukturen der oberflächigen Rückenlinie, der Wirbelsäule und des Schulter-Nackensbereiches nach „Der bewegte Weg zur Achtsamkeit“

**Termin:** 25. Oktober 2025

**Tag:** Samstag

**Uhrzeit:** 9.30 - 14.30 Uhr

**LE:** 6

**Referentin:** Christiane Maneke

**Meldeschluss:** 5. Oktober 2025

**Kosten:**

Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro

Online Veranstaltung

### Inhalte/Beschreibung

In dieser Weiterbildung wird der Zusammenhang von fließender, elastischer Bewegung vom Fuß bis zum Kopf anhand der oberflächigen Rückenlinie in Theorie und Praxis vermittelt. Die faszialen Strukturen werden durch bewegte und mentale Methoden verständlich und nachhaltig erarbeitet. Zusätzlich werden Zusammenhänge der Wirbelsäule, der Rückenmuskeln und des Schulter-Nackensbereiches mit der oberflächigen Rückenlinie erklärt. Diese wird in einfachen Aktivierungssequenzen an den verschiedenen Körperregionen (Fuß, Achillessehne, Wadenmuskulatur, rückwärtige Oberschenkelmuskulatur, Lendenfaszie...) bearbeitet. Mit dem Ansatz des differenzierten Trainings werden der Schulter-Nackens-Bereich beweglicher und elastischer. Problematiken können eigenverantwortlich und achtsam gelindert werden. Diese können schnell in Bewegungsstunden und Alltag integriert werden. Es entsteht dadurch mehr Wohlbefinden, Freude an Bewegung, Achtsamkeit und eine Nachhaltigkeit.

**Lizenzverlängerung:**

1. & 2. Lizenzstufe

Online via ZOOM

## WS 2525 „Klang Yoga & Füße“

<b>Termin:</b> 1. November 2025	<b>Tag:</b> Samstag
<b>Uhrzeit:</b> 9.30 - 14.30 Uhr	<b>LE:</b> 6
<b>Referentin:</b> Beate Kleinschmidt	<b>Meldeschluss:</b> 15. Oktober 2025
<b>Ort:</b> TH Gießler Weg 6, 38855 Wernigerode	
<b>Kosten:</b>	
Gymcard           36 Euro	
LTV-Mitglied   42 Euro	
Extern           62 Euro	
<b>Inhalte/Beschreibung</b>	
<p>Klang Yoga ist eine Wohltat für den Körper, Geist und Seele. Die Schwingung der Töne wirkt auf Deinen Körper ausgleichend und harmonisierend und ist ein Zugewinn für Deine Gesundheit.</p> <p>In Theorie und Praxis erfahrt ihr die Wirkung der Klangschalen kennen.</p> <p>Zusätzlich geht es um das Thema Füße und welche Übungen zu Unterstützung der Gesundheit möglich sind.</p>	
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe



## WS 2526 „YOGA 4 Asanas für oberen Rücken, Schulter und Schultergürtel“

**Termin:** 8. November 2025

**Tag:** Samstag

**Uhrzeit:** 9 - 14.30 Uhr

**LE:** 6

**Referent:** Lars Lindner

**Meldeschluss:** 17. Oktober 2025

**Ort:**

TH Zentrum Sport und Gesundheit des  
Sportclub Bernburg e.V.  
Albert-Schweitzer-Ring 26,  
06406 Bernburg

Volksbank-Börde-Bernburg eG

DE 91810 6905 20100 150665

BIC GENODEF 1WZL

Vorkasse bis 17.10. 10% Ermäßigung

**Meldung an:** Tel.03471/623657  
gesundheit-zentrum@t-online.de

**Kosten:**

Gymcard	36 Euro
LTV-Mitglied	42 Euro
Extern	62 Euro

### Inhalte/Beschreibung

WORKSHOPREIHE 4 „THEORIE UND PRAXIS DES YOGA“

Nach den Basics, den fundamentalen Asanas, den Vor- und Rückbeugen nun Asanas für die Gesundheit von Schultern, Schultergürtel und oberen Rücken. Die Stellungen werden erklärt und achtsam geübt. Wir erfahren theoretisch und praktisch ihre gesundheitsfördernden Wirkungen auf unseren Körper.

**Lizenzverlängerung:**

1. Lizenzstufe, ÜL-Prävention

In Kooperation

## WS 2527 „Power & Relaxwochenende“

<b>Termin:</b> 14. bis 16. November 2025	<b>Tag:</b> Freitag bis Sonntag						
<b>Uhrzeit:</b> 18 Uhr Freitag bis Sonntag 13 Uhr	<b>LE:</b> 15						
<b>Referenten:</b> Kirsten Niebuhr, Kitoko Venancio	<b>Meldeschluss:</b> 10. August 2025						
<b>Ort:</b> Reit- und Wellness Hotel Stangerode							
<b>Kosten:</b> <table border="0"> <tr> <td>Gymcard</td> <td>300 Euro</td> </tr> <tr> <td>LTV-Mitglied</td> <td>330 Euro</td> </tr> <tr> <td>Extern</td> <td>365 Euro</td> </tr> </table>	Gymcard	300 Euro	LTV-Mitglied	330 Euro	Extern	365 Euro	Preise im Doppelzimmer EZ- Aufschlag 60 Euro
Gymcard	300 Euro						
LTV-Mitglied	330 Euro						
Extern	365 Euro						
<b>Inhalte/Beschreibung</b>							
<p>Wohlfühl-Wochenende in wunderschönem Hotel im Harz Power durch Aktivangebote wie</p> <p>Walk mit smoveys - Bodystyling mit Tüchern - Bewegungsangebote - Wirbelsäule in Theorie und Praxis - Out- und Indoor-Sportangebote, Entspannung &amp; Meditation, Aktivität im Wasser</p>							
<b>Lizenzverlängerung:</b>	1. & 2. Lizenzstufe						



## WS 2528 „Sitzen ist das neue Rauchen“

<b>Termin:</b> 28. November 2025	<b>Tag:</b> Freitag
<b>Uhrzeit:</b> 18 - 21 Uhr	<b>LE:</b> 4
<b>Referentin:</b> Barbara Stengl	<b>Meldeschluss:</b> 5. November 2025
<b>Ort:</b>	online
<b>Kosten:</b>	
Gymcard	24 Euro
LTV-Mitglied	28 Euro
Extern	48 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Wer kennt das nicht? Wir sitzen in der Arbeit, im Auto, vor dem PC oder Fernseher ... Das ist für den Körper nicht wirklich gut.

Das lange Sitzen hat negative Auswirkungen auf unseren Stoffwechsel und Immunsystem – und sehr oft auf unsere Muskeln, Faszien und Gelenke.

Was kann ich selber dafür tun?

Welche sportlichen Bewegungen helfen meinem Körper und Psyche als Ausgleich bei einem sitzenden Job?

Wie kann ich (weitere) Hüft, Rücken- und Nackenprobleme präventiv vermeiden?

Was kann ich als Sofortmaßnahmen bei langem Sitzen machen, um meinen Körper wieder mit Energie zu versorgen?

Wie kann ich im Alltag kleine, aber hilfreiche Bewegungen einbauen?

**Lizenzverlängerung:**

1. & 2. Lizenzstufe



Online via ZOOM

# AUSBILDUNGEN

**AB 2501 „Trainer C-Lizenz Fitness & Gesundheit - Kursleiter“**

**Termine Präsenz:** 1./2. März 2025  
Prüfung 4. Mai 2025

**Termine online Theorie:** 1. März 2025  
Auftaktveranstaltung - weiter ZOOM in  
Absprache mit den Teilnehmern

**Uhrzeit:** Samstag 9 Uhr - Sonntag 18 Uhr

**LE:** 120

**Referenten:** Janka Daubner, Barbara  
Stengl

**Meldeschluss:** 5. Februar 2025

**Ort:** Bewegungszentrum Halle

Stadtforststr. 104, 06120 Halle

**Kosten:**

Gymcard	450 Euro
Mitglieder LTV	500 Euro
Normaltarif	550 Euro

**Inhalte/Beschreibung**

Die Trainer C-Lizenz vermittelt alle Kenntnisse und Fähigkeiten, im Nachgang der Ausbildung Bewegungs- und Kräftigungsstunden mit Gruppen und Musik geben zu können. Jeder Teilnehmer kann dabei seine Prioritäten und Vorzüge herausfinden. Ausbildungsinhalte sind:

- Musiklehre und Cueing
- Herzkreislauf-Training in Theorie und Praxis mit Beispielstunden und eigenem Unterrichten
- Anatomische Grundlagen und Muskulatur in praktischer Anwendung
- Kräftigung-Training in Theorie und Praxis mit Beispielstunden und eigenem Unterrichten
- Körperhaltung
- Dehnung
- Entspannung
- Gesundheit und vieles mehr, Trainerrolle
- Sportsystem Deutschland

**Lizenz:**

Abschluss 1. Lizenzstufe



## AB LSB „ÜL-B Basismodul“

### Termine:

Online-Phase 10. Februar bis  
6. April 2025

### Präsenzphase

14. - 16. März 2025 Osterburg

### Inhalte/Beschreibung

Das Basismodul ist als Einstieg in die Übungsleiter B-Ausbildung zu belegen. Darin werden die elementaren Bestandteilen des Gesundheitssports unter Präventionsgedanken vermittelt. Im Anschluss kann das Modul „Haltung & Bewegung“ im LTV/S-A absolviert werden, um die ÜL-B Lizenz „Haltung & Bewegung zu erwerben.

Fragen, Infos und Anmeldung bei Thomas Deparade (LSB)  
t.deparade@lsb-sachsen-anhalt.de

Lehrgang besteht aus folgenden Teilen:

#### LSB25-08 01 - Basismodul ÜL B "Sport in der Prävention" Online-Phase 1

10.02.2025 18:00 Uhr - 13.03.2025 18:00 Uhr Online

#### LSB25-08 02 - Basismodul ÜL B "Sport in der Prävention" Präsenzwochenende

14.03.2025 18:00 Uhr - 16.03.2025 18:00 Uhr Landessportschule Sachsen-Anhalt in Osterburg  
Arendseer Str. 4 / 39606 / Hansestadt Osterburg

#### LSB25-08 03 - Basismodul ÜL B "Sport in der Prävention" Online-Phase 2

17.03.2025 18:00 Uhr - 06.04.2025 18:00 Uhr Online

### Online Anmeldung LSB:

<https://lsbsa.it4sport.de/index.php?phoenix=phoenixbase.seminar.pages.SeminarSinglePage&uID=1B59A608-4E39-4FA4-8667-BD347064563E>

In Kooperation

## AB 2502 „ÜL-B-Präventionsausbildung Haltung & Bewegung“

**Termin:** 6./7. September 2025 ZOOM  
Weiter mit ZOOM  
11./ 12. Oktober 2025 - Halle

**Tag:** Samstag - Sonntag

**Uhrzeit:** Wochenende 9 bis 17 Uhr  
ZOOM auch Abends unter der Woche

**LE:** 50

**Referentin:** Jeanette Wolf

**Meldeschluss:** 15. August 25

**Ort:** Bewegungszentrum Halle/ ZOOM

Stadtforststr. 104,06120 Halle

**Kosten:** Gymcard 300 Euro  
Mitglieder LTV 360 Euro  
Normaltarif 440 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Die Ausbildung zielt darauf ab, Trainer mit dem Schwerpunkt „Prävention = Gesundheitsvorsorge“ auszubilden.

Die Ausbildungsschwerpunkte sind speziell der Bereich „Haltung und Bewegung“ und wie in dem Bereich Menschen im Gesundheitssport geführt und geschult werden können, ein gesundes, aktives Leben zu führen.

Mit dieser Lizenz können Übungsleiter über die standardisierten Programme mit Krankenkassen zusammenarbeiten und neue Menschen für den Sport und körperliche Bewegung sensibilisieren und aktivieren.

**Art der Ausbildung:**

Präsenzveranstaltung und Online über Videokonferenz

## AB KiTu 2501 „Übungsleiter C“

**Termine:** 28.-30.03.2025/  
25.-27.04.2025/ 16.-18.05.2025 /  
27.-29.06.2025

**Tag:** Wochenenden

**Uhrzeit:** Freitagabend - Sonntagnach-  
mittag

**LE:** 75

**Referent:** Ulf Karge u.a.

**Meldeschluss:** 28.02.2025

**Ort:** LSSO Osterburg & Turnhalle der  
GS Ulrich v. Hutten in Halle

**Kosten:** werden noch festgelegt

### Inhalte/Beschreibung

Für den Landesturnverband ist das Angebot einer grundlagenorientierten Trainerlizenzausbildung C, Kinderturnen, Eltern-Kind-Turnen/ Kleinkindturnen, von enormer und aktueller Bedeutung. Es werden vielfältige trainingssportliche, pädagogisch-psychologische, planungsorientierte und inklusive Inhalte theoretisch und praktisch vermittelt.

Die Entwicklung von Koordination und Kondition; die Grundlagen der Psychomotorik; die Planung, Durchführung und Auswertung einer Übungsleiterstunde; die Umsetzung eines Eltern-Kind-Gesprächs, der Spaß am Spiel und der Bewegung bei Kindern uvm., sind einige Beispiele für die inhaltlichen Schwerpunkte der Ausbildung.

**Neu** ist in diesem Lehrgang ein „Professioneller und Inklusiver Ausblick“, für die erfolgreiche Integration von Kindern mit den verschiedensten Behinderungen in eine Kinderturngruppe.

**Lizenzverlängerung:**

1. & 2. Lizenzstufe

# Sportarten

## GT 2501 „Übungsleiterhelfer-Ausbildung - Modul 1“

**Termin:** 8. Februar 2025

**Tag:** Samstag

**Uhrzeit:** 9 - 15 Uhr

**LE:** 8

**Referenten:** Michael Krüger, Maxi  
Ronneberger

**Meldeschluss:** 31. Januar 2025

**Ort:** Sportzentrum Robert-Koch-Str.

Robert-Koch-Str. 31, 06110 Halle

**Kosten:** 48 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Helfergriffe—Barren, Stufenbarren/Reck, Ringe

Trainingsgruppenorganisation

Einführung Beweglichkeit—aktiv und passiv

Mittelnkörper und Spannungsprogramme

Positionstraining

Übungslandschaften/Bewegungslandschaften

Was ist Training? Definition, Ziele, Aufgaben

Belastung/Beanspruchung—Unterschiede

Talentbegriff, was ist ein Talent?, wie erkenne ich es?

**Meldung an:** [michachef@gmx.net](mailto:michachef@gmx.net)

Voraussetzung: ab 12 Jahre

Lehrgang wird bei Meldung von 5 TN durchgeführt

**Lizenzverlängerung:**

Gerättturnen

## GT 2502 „Weiterbildung Trainer C Gerätturnen Leistungssport“

**Termin:** 29. März 2025

**Tag:** Samstag

**Uhrzeit:** 9 - 15 Uhr

**LE:** 8

**Referent:** n.n.

**Meldeschluss:** 15. März 2025

**Ort:** Sportzentrum Robert-Koch-Str.

Robert-Koch-Str. 31, 06110 Halle

**Kosten:** 48 Euro

### Inhalte/Beschreibung

sportpraktische Trainingseinheit

**Meldung an:** michachef@gmx.net

Voraussetzung: ab 16 Jahre

Lehrgang wird bei Meldung von 5 TN durchgeführt

**Lizenzverlängerung:**

Gerätturnen

## GT 2503 „Weiterbildung Trainer C Gerätturnen Leistungs-sport“

**Termin:** 14. Juni 2025

**Tag:** Donnerstag (Feiertag)

**Uhrzeit:** 9 - 15 Uhr

**LE:** 8

**Referent:** n.n.

**Meldeschluss:** 1. Juni 2025

**Ort:** Sportzentrum Robert-Koch-Str.

Robert-Koch-Str. 31, 06110 Halle

**Kosten:** 48 Euro

### Inhalte/Beschreibung

sportpraktische Trainingseinheit

**Meldung an:** [michachef@gmx.net](mailto:michachef@gmx.net)

Voraussetzung: ab 16 Jahre

Lehrgang wird bei Meldung von 5 TN durchgeführt

**Lizenzverlängerung:**

Gerätturnen

## AB GT 2504 „Ausbildung Trainer C Gerätturnen Leistungssport“

**Termin:** 30. Juni - 2. August 2025

**Modul 1 bis 3:**

30.06. - 04.07.25, Mo-Fr, 9-16 Uhr  
(Kompaktausbildung)

**Modul 4 + Prüfung:**

05.07.25 oder 02.08.25

**Uhrzeit:** 9 - 16 Uhr

**LE:** 75

**Referent:** n.n.

**Meldeschluss:** 6. Juni 2025

**Ort:** Sportzentrum Robert-Koch-Str.

Robert-Koch-Str. 31, 06110 Halle

**Kosten:** 450 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Werde Übungsleiter im Gerätturnen und absolviere die Grundausbildung als Trainer. In Theorie und Praxis lernst Du die essentiellen Fakten für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen in der Sportart Gerätturnen.

**Meldung an:** [michachef@gmx.net](mailto:michachef@gmx.net)

Voraussetzung: ab 16 Jahre, Basislehrgang, Erste-Hilfe-Nachweis  
Lehrgang wird bei Meldung von 5 TN durchgeführt

**Lizenz:**

Gerätturnen



## GT 2505 „Weiterbildung Trainer C Gerätturnen Leistungssport“

**Termin:** 13. Dezember 2025

**Tag:** Samstag

**Uhrzeit:** 9 - 15 Uhr

**LE:** 8

**Referent:** n.n.

**Meldeschluss:** 1. Dezember 2025

**Ort:** Sportzentrum Robert-Koch-Str.

Robert-Koch-Str. 31, 06110 Halle

**Kosten:** 48 Euro

### Inhalte/Beschreibung

sportpraktische Trainingseinheit

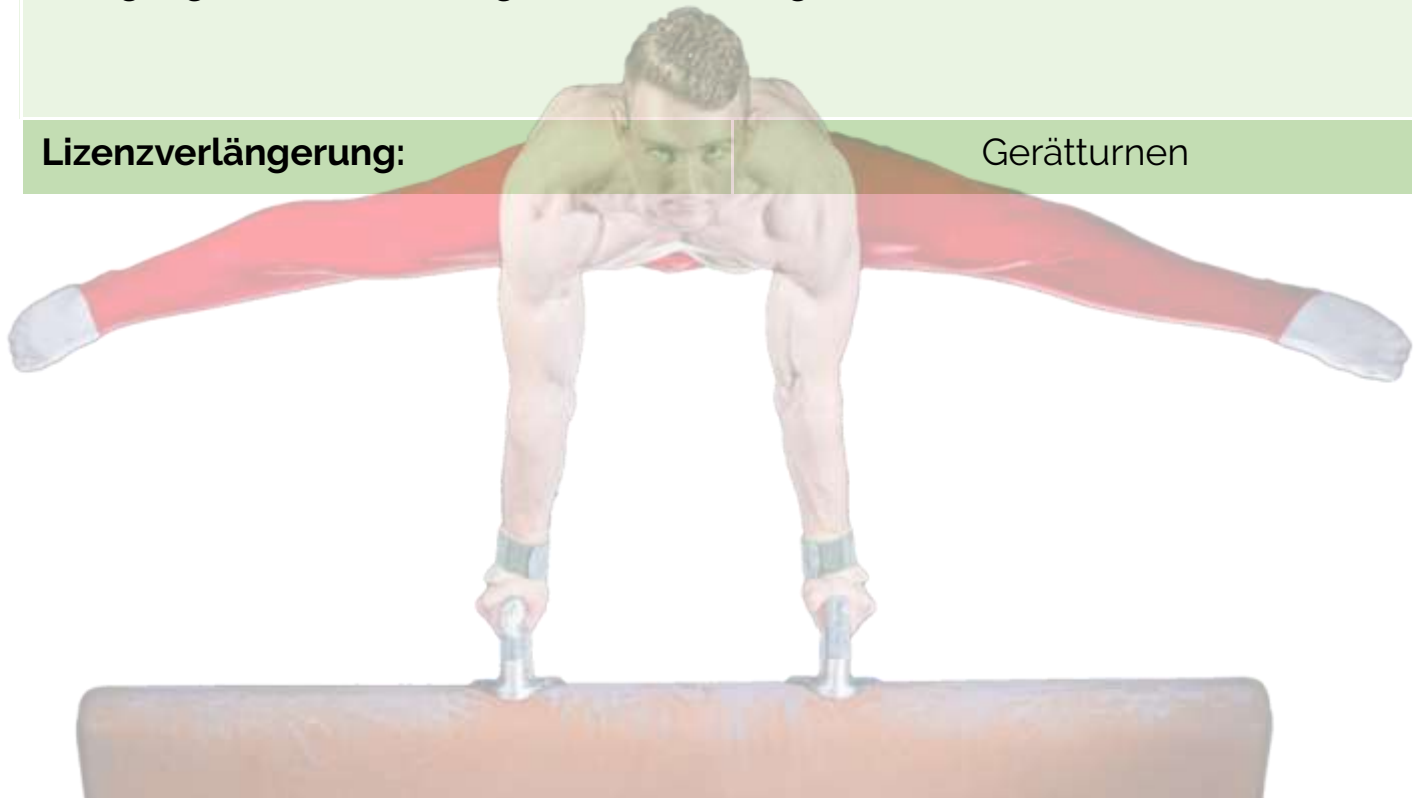
**Meldung an:** michachef@gmx.net

Voraussetzung: ab 16 Jahre

Lehrgang wird bei Meldung von 5 TN durchgeführt

**Lizenzverlängerung:**

Gerätturnen



## AER 2501 „Trainer C Aerobic als Wettkampfsport“

**Termin:** Winter-Frühling 25

**Tag:**

**Teil 1**

**LE:** 30 LE Theorie, 30 LE Praxis  
Präsenz

**Referenten:** Barbara Stengl (Trainer A-Lizenz, FIG coaching brevet, FIG academy Level 3, FIG Judge Level 1) und Janka Daubner (Trainer A-Lizenz, FIG academy Level 3, DTB Kampfrichterbrevet)

**Ort:** Aerobic Stützpunkt Halle – ATZ OST

**Kosten:**

300 Euro

### Inhalte/Beschreibung

Teil 1 Einstieg ist für interessierte Personen mit Vorerfahrung in der Aerobic problemlos möglich

Praxis: langes Wochenende – Termin wird direkt mit den Teilnehmern festgelegt

Theorie: via Zoom -- Termin werden direkt mit den Teilnehmern verabredet

Inhalte: Technik und Methodik von Schwierigkeitselementen und Akrobatischen Elementen, Grundlagen der Aerobic, Aufbau einer Wettkampf-Choreografie, Konditionstraining, Nachwuchstraining, Grundlagen Anatomie-Sportpädagogik und -psychologie, Musiklehre, Haltungsschulung inkl. Grundlagen klassisches Ballett

Teil 2 findet im Sommer-Herbst 25 oder Herbst-Winter 25/26 statt nach Absprache der Teilnehmer

**Anmeldung an:**

Aerobic Stützpunkt Halle, Barbara Stengl, [info@aerobic-in-halle.de](mailto:info@aerobic-in-halle.de)

## AER 2502 „Kampfrichterfortbildung LTV-Brevet Aerobic“

<b>Termin:</b> Frühjahr 2025	<b>Tag:</b> online Abends und Wochenen- de
<b>Uhrzeit:</b> abends	<b>LE:</b> 24
<b>Referentin:</b> Barbara Stengl FIG Judge	<b>Meldeschluss:</b> 1. Februar 2025
<b>Ort:</b> Aerobic Stützpunkt Halle –ATZ OST	online
<b>Kosten:</b>	Pro Tag 48 Euro
<b>Inhalte/Beschreibung</b>	
Teil 1 8 LE online für Neueinsteiger in das Kampfrichterwesen	
Teil 2: 8 LE online für Teilnehmer Teil 1 und LTV Kampfrichter	
Teil 3: Üben	
Teil 4: Präsenztage mit Üben und Prüfung	
<b>Anmeldung an:</b>	Aerobic Stützpunkt Halle, Barbara Stengl  info@aerobic-in-halle.de oder per whatsapp 0176 52848771



## MuS 2501 „Übungsleiter Musik- und Spielmannswesen

**Termin:** 21.-23.3.2025

**Tag:** Freitag bis Sonntag

**Ort:** Schierke

Aus- und Weiterbildungsstädte LSB



# Online- Lernplattform

# LTV-Online-Lernplattform

Gesundheit & Fitness

**Bis 8 LE**

Lizenzverlängerung

**Für Trainer (Einzelnutzer)**

**oder für Vereine**

als Unterstützung seiner Übungsleiter



- 22 Themen mit je 2 Lerneinheiten (wachsendes Portal):

**Yoga Atmung**

**Energie für den Tag**

**Pilates mit Ball**

**WSG 1 & 2**

**Smovey 1,2 & 3**

**Trampolin**

**Herz-/Kreislauf**

**Fliesen**

**Stuhl**

**Yoga**

**Energieblockaden lösen**

**Pilates mit Rolle**

**Pezziball 1 & 2**

**Theraband**

**Kinder**

**Trampolin**

**Tücher**

**Füße/Knie/Schulter**

# LTV-Online-Lernplattform

Gesundheit & Fitness **Bis 8 LE**

Lizenzverlängerung

- Viele Videos zum Streamen für jedes Thema
- Skript mit vielen Informationen
- Anregungen für Übungsleiter für neue Stunden und variable Inhalte



**19 Euro** monatlich als Abo  
für Übungsleiter Einzelnutzung  
**Jahrespreis 190 Euro**

**39 Euro** monatliches Abo  
für Vereine - Nutzung durch alle Übungsleiter  
Über 1 Euro Zugang pro Übungsleiter  
**Jahrespreis 390 Euro**



Buchbar über Homepage LTV ab Januar 2024 oder

[https://lernplattform-fitness-gesundheit.mydigibiz24.com/  
online-lernplattform-ltv-sachsen-anhalt](https://lernplattform-fitness-gesundheit.mydigibiz24.com/online-lernplattform-ltv-sachsen-anhalt)

# LTV-Online-Lern Modul

## Arbeit mit Kleinmaterialien

**Bis 8 LE**

Lizenzverlängerung



- 6 Themen mit je 2 Lerneinheiten:

**Arbeit mit Fliesen**

**Arbeit mit Theraband**

**Arbeit mit Stuhl**

**Arbeit mit Tüchern**

**Pezziball 1**

**Pezziball 2**

- **49,99 Euro** - Buchbar über Homepage LTV ab Januar 2024



# LTV-Online-Lernmodul

## Yoga, Pilates & Energie

**Bis 8 LE**

Lizenzverlängerung

- 6 Themen mit je 2 Lerneinheiten:

**Yoga Atmung**

**Yoga**

**Energie für den Tag**

**Energieblockaden lösen**

**Pilates mit Ball**

**Pilates mit Rolle**

- **49,99 Euro** - Buchbar über Homepage LTV ab Januar 2024

# LTV-Online-Lernmodul

## Herz-Kreislauf-Smoveys



**Bis 8 LE**

Lizenzverlängerung



- 6 Themen mit je 2 Lerneinheiten:

**Herz-Kreislauf-Training**

**Smovey 1, 2 & 3**

**Trampolin**

- **49,99 Euro** - Buchbar über Homepage LTV ab Januar 2024

# LTV-Online-Lernmodul

## Wirbelsäule, Füße/Knie/Schulter & Dehnung

**Bis 8 LE**



- 4 Themen mit je 2 Lerneinheiten:

**Wirbelsäule 1**

**Wirbelsäule 2**

**Füße/Knie/Schulter**

**Dehnung**

- **49,99 Euro** - Buchbar über Homepage LTV ab Januar 2024

## LTV-Referententeam

<p>Daubner, Janka</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A-Lizenz Sportaerobic und Fitness &amp; Aerobic</li> <li>• FIG-Lizenz Sportaerobic</li> <li>• Verantwortlich für den Bereich Aus- und Fortbildung des LTV/S-A</li> <li>• Stützpunktverantwortliche fachlich Sportaerobic Halle</li> <li>• Spezialgebiete Gymwelt Trampolin, Pilates, Happy Dance, Funktionelles Training, Happy Swing-smovey</li> </ul>
<p>Frisch, Carmen</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitspädagogin</li> <li>• Schwerpunkte: Gesundheitssport, Entspannungsverfahren, Kinderturnen, Kinderbewegung</li> <li>• Referentin in verschiedenen Verbänden</li> </ul>
<p>Krüger, Michael</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Landestrainer Gerätturnen männlich</li> <li>• Tätig in der Ausbildung seit 2014</li> </ul>
<p>Kleinschmidt, Beate</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yoga-Lehrerin im BDY</li> <li>• Unterrichtet seit über 20 Jahren professionell Yoga</li> <li>• Ausbildung im klassischen Yoga</li> <li>• Yoga in der Schwangerschaft und Rückbildung, Kinderyoga, Yoga</li> <li>• Therapie, Yoga-Meditation</li> </ul>
<p>Maneke, Christiane</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ganzheitliche Bewegungspädagogin</li> <li>• Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin</li> <li>• Ausbilderin „Bewegte Achtsamkeit“, „Rückenschullehrer“</li> <li>• Referentin DTB, BAGSO, TOGU</li> <li>• Sturzprävention, Pilates-Trainerin</li> </ul>
<p>Niebuhr, Kirsten</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gelernte Krankenschwester</li> <li>• Selbständige Aerobic-Trainerin, 20 Jahre eigenes Kursstudio</li> <li>• Dozentin für Heilberufe in Ausbildung</li> <li>• Heilerin</li> </ul>

<p>Schütz, Dustin</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainer A-Lizenz Gerätturnen weiblich</li> <li>• Stützpunktrainer Gerätturnen weiblich</li> <li>• 15 Jahre Erfahrung im Leistungsbereich</li> <li>• 5 Jahre als Referent im Bereich Gerätturnen weiblich tätig</li> <li>• „Wer hohe Türme bauen will, muss lange beim Fundament verweilen“</li> </ul>
<p>Fröhlich, Conny</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studienabschluss in Sport- und Wirtschaftswissenschaften</li> <li>• Trainer A-Lizenz Gerätturnen weiblich</li> <li>• FIG Trainerlizenz Gerätturnen weiblich</li> <li>• Zumba Instructor und Group Fitness Instructor</li> <li>• Leiterin des Landesleistungszentrums Gerätturnen weiblich in Halle</li> <li>• Managementassistentin der Geschäftsführung im Landesturnverband Sachsen-Anhalt</li> </ul>
<p>Steinbach, Gudrun</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• langjährige Erfahrungen in der Lehrtätigkeit und Ausbildung</li> <li>• Entwicklung von „Wohlfühlen durch Bewegung“</li> <li>• Yoga für den Rücken, allgemeine Rückenschule sowie funktionelle Gymnastik</li> <li>• Tanzformen</li> <li>• Entspannung</li> <li>• Schwerpunkt ist dabei die Arbeit im Seniorenbereich</li> </ul>
<p>Stengl, Barbara</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainerin, Kampfrichterin und Referentin „Aerobic als Leistungssport“</li> <li>• 25 Jahre Erfahrung als internationale Kampfrichterin u.a. bei Weltmeisterschaften und World Games</li> <li>• Referentin im Gesundheitssport</li> <li>• Schwerpunkt Energie</li> <li>• Vereins- und Verbandsmanagement</li> </ul>
<p>Venancio, Kitoko</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness Personal Trainer</li> <li>• A-Lizenz Trainer für Fitness, Sport und Gesundheit</li> <li>• Zumba, Bokwa und Happy Dance Instructor</li> <li>• Kursleiter von Yoga, Pilates und Entspannung</li> <li>• Karatemeister</li> <li>• Kampfkunstlehrer mixed arts</li> <li>• Hiphop und Choreo dance Trainer</li> </ul>
<p>Wolf, Jeanette</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Referentin/ Dozentin für Gesundheit/Erziehung</li> <li>• Sport-Clubleiterin eines Frauenfitnessstudios</li> <li>• 25 Jahre Lehrerfahrung im Bereich Sport- &amp; Erziehungswissenschaften, Gesundheitsmanagement</li> </ul>

# VERBINDLICHE ANMELDUNG



Anschrift: Manfred-Stern-Straße 7, 06128 Halle (Saale)  
E-Mail: bildung@ltv-sachsen-anhalt.de  
kinderturnen@ltv-sachsen-anhalt.de

<b>Thema der Veranstaltung</b>			
<b>Nr. der Veranstaltung</b>			
<b>Datum der Veranstaltung</b>		<b>Ort der Veranstaltung</b>	
<b>Teilnahmegebühren</b>	<b>Externe TN:</b>	<b>LTV-Mitglied:</b>	<b>GymCard:</b>
<b>Name, Vorname</b>			
<b>Adresse</b>			
<b>Telefon (tagsüber)</b>			
<b>Fax</b>			
<b>E-Mail</b>			
<b>Gymcard-Nr</b>			

Hiermit melde ich mich unter Anerkennung der Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen des LTV/S-A für o. a. Veranstaltung verbindlich an. Die Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen befinden sich auf der LTV-Homepage – [www.landesturnverband-sachsen-anhalt.de](http://www.landesturnverband-sachsen-anhalt.de).

Ich überweise die Teilnahmegebühr nach Erhalt der Teilnahmebestätigung, spätestens jedoch bis 7 Tage vor dem Veranstaltungstermin, auf folgendes

**Konto: Landesturnverband Sachsen-Anhalt**

**IBAN: DE94 8005 3762 0367 0012 44**

**BIC: NOLADE21HAL**

\_\_\_\_\_  
**Unterschrift Teilnehmer/in**

\_\_\_\_\_  
**Unterschrift -Vereinsstempel**

Hiermit bestätigen wir die Mitgliedschaft  
o. a. Übungsleiter/s/in in unserem Verein.

# Antrag auf Lizenzausstellung

Manfred-Stern-Str. 7 | 06128 Halle/S.  
Tel: 0345 1200216 | Fax: 0345 1200217  
E-Mail: lizenzen@ltv-sachsen-anhalt.de



## Lizenz als:

Trainer C/ Übungsleiter B:

## Angaben zur Person

Name:	<input type="text"/>	Vorname:	<input type="text"/>
Str. Nr.:	<input type="text"/>	PLZ, Ort:	<input type="text"/>
Geb.:	<input type="text"/>	Telefon:	<input type="text"/>
E-Mail:	<input type="text"/>		
Verein:	<input type="text"/>		

## Einverständniserklärung

Ich bin damit einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten (Name, Vorname, Geschlecht, Geburtsdatum, Anschrift, E-Mailadresse, Lizenzdaten und Nachweise) vom Landesturnverband Sachsen-Anhalt (LTV/S-A) verarbeitet, gespeichert und notwendige personenbezogene Daten (Name, Vorname, Geschlecht, Geburtsdatum, Anschrift) zum Zwecke der Lizenzausstellung an das DOSB-Lizenzmanagementsystem (LIMS) weitergegeben werden. Der DOSB hat zu keiner Zeit Einsicht in die personenbezogenen Daten der Lizenzinhaber/innen, da diese anonymisiert übermittelt werden. Darüber wurde zwischen dem DOSB und dem ausstellenden Verband eine Datenschutzvereinbarung entsprechend den gesetzlichen Vorgaben geschlossen. Die erhobenen Daten werden im Lizenzverwaltungsprogramm LIMS für die Dauer von 10 Jahren gespeichert. Der Datenübermittlung und der Datenspeicherung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widersprochen werden. In diesem Fall kann jedoch keine DOSB-Lizenz ausgestellt bzw. verlängert werden!

Ort, Datum:  Unterschrift Antragsteller:

## Stellungnahme des Sportvereins (vom Sportverein auszufüllen):

Hiermit bestätige ich, dass der/die oben genannte Sportfreund/in Mitglied in unserem Sportverein ist.

Ort, Datum:  Stempel/rechtsverbindl.   
Unterschrift Verein:

## Dem Antrag sind beizufügen:

- der Ehrenkodex unterschrieben (falls noch nicht vorhanden)
- Nachweis Grundlagenlehrgang (nicht älter als 4 Jahre)
- Nachweis "Erste-Hilfe-Ausbildung" (9 LE und nicht älter als 2 Jahre)
- ggf. Kopie bisheriger Lizenzen
- alles per Mail an [lizenzen@ltv-sachsen-anhalt.de](mailto:lizenzen@ltv-sachsen-anhalt.de)

# Antrag auf Lizenzverlängerung

Manfred-Stern-Str. 7 | 06128 Halle/S  
Tel. 0345 1200216 | Fax: 0345 1200217  
E-Mail: lizenzen@ltv-sachsen-anhalt.de



## Lizenz als:

Trainer C/ Übungsleiter B:

## Angaben zur Person

Name:

Vorname:

Str. Nr.:

PLZ, Ort:

Geb.:

Telefon:

E-Mail:

Verein:

Antrag zum  
Verlängern **erst 3  
Monate vor Ablauf  
der Gültigkeit** beim  
LTV/S-A einreichen!

## Einverständniserklärung

Ich bin damit einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten (Name, Vorname, Geschlecht, Geburtsdatum, Anschrift, E-Mailadresse, Lizenzdaten und Nachweise) vom Landesturnverband Sachsen-Anhalt (LTV/S-A) verarbeitet, gespeichert und notwendige personenbezogene Daten (Name, Vorname, Geschlecht, Geburtsdatum, Anschrift) zum Zwecke der Lizenzausstellung an das DOSB-Lizenzmanagementsystem (LIMS) weitergegeben werden. Der DOSB hat zu keiner Zeit Einsicht in die personenbezogenen Daten der Lizenzinhaber/innen, da diese anonymisiert übermittelt werden. Darüber wurde zwischen dem DOSB und dem ausstellenden Verband eine Datenschutzvereinbarung entsprechend den gesetzlichen Vorgaben geschlossen. Die erhobenen Daten werden im Lizenzverwaltungsprogramm LIMS für die Dauer von 10 Jahren gespeichert. Der Datenübermittlung und der Datenspeicherung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widersprochen werden. In diesem Fall kann jedoch keine DOSB-Lizenz ausgestellt bzw. verlängert werden!

Ort, Datum:

Unterschrift Antragsteller:

## Dem Antrag sind beizufügen:

- der Ehrenkodex unterschrieben (falls noch nicht vorhanden)
- Nachweis über die Teilnahme an Fortbildungen (15 LE in Kopie)
- alles per Mail an [lizenzen@ltv-sachsen-anhalt.de](mailto:lizenzen@ltv-sachsen-anhalt.de)



# ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN LANDESTURNVERBAND SACHSEN-ANHALT E.V.

(STAND 01.11.2021, GÜLTIG FÜR ALLE MAßNAHMEN AB 01.01.2022)

## 1. ANMELDUNG

1.1 Für Aus- und Fortbildungen des Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V. ist für eine Teilnahme eine Mitgliedschaft in einem Sportverein zwingend erforderlich (Ausnahme sind alle Maßnahmen, die mit der Kursbezeichnung - **WS** - beginnen).

1.2 Die Anmeldungen zu einem Wettkampf/Wettbewerb oder einer erfolgt über das GymNet. Die Anmeldungen für Bildungsmaßnahmen erfolgen online auf der Homepage des Landesturnverbandes, per E-Mail oder schriftlich per Post. Die verbindlichen schriftlichen oder Online-Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Posteingangs berücksichtigt. Dies betrifft auch die Aufnahme in etwaige Wartelisten. Ein Vertrag kommt erst mit Bestätigung des Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V. zustande.

1.3 Eine unvollständig ausgefüllte oder unleserliche schriftliche Meldung wird nicht angenommen.

## 2. MELDETERMINE, NACHMELDUNGEN

2.1 Meldetermin für die Teilnahme an den Aus- und Fortbildungen/Seminaren ist jeweils vier Wochen vor Lehrgangsbeginn. Der Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V. behält sich bis zu diesem Zeitpunkt eine Absage oder eine Zusammenlegung von verschiedenen Lehrgängen vor, sofern eine Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird.

2.2 Nachmeldungen oder Änderungen nach dem offiziellen Meldeschluss werden, so lange noch Plätze frei sind, angenommen, aber mit einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von EUR 10,00 belegt.

2.3 Der Meldetermin für die Teilnahme an Wettkämpfen ist bindend und den jeweiligen Ausschreibungen zu entnehmen. Für Nachmeldungen fallen die doppelte Meldegebühr und die Bearbeitungsgebühr für die schriftliche Meldung an. Die Nachmelderegeln sind in der jeweiligen Wettkampfausschreibung vermerkt. Alle Ausschreibungen, Ergänzungen, Änderungen und weiterführende Hinweise sind immer aktuell unter [www.stb.de](http://www.stb.de) in der Rubrik Sportarten zu finden. Eine Abmeldung vor Meldeschluss ist kostenfrei möglich, nach Meldeschluss und bei Nichtteilnahme muss das vollständige Meldegeld bezahlt werden.

## 3. TEILNEHMERGEBÜHREN BEI BILDUNGSMAßNAHMEN

3.1 Teilnehmer/innen an Fortbildungen des Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V., die nicht aus dem Verbandsgebiet des Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V. stammen, aber Mitglied eines Vereins sind, müssen einen um EUR 20,00 erhöhten Teilnehmerbeitrag entrichten.

3.2 Die Teilnahmegebühren beinhalten in der Regel die Teilnahme, etwaiges Begleitmaterial und die Ausstellung eines personenbezogenen Zertifikats.

## 4. STORNIERUNGEN, ABSAGEN BEI BILDUNGSMAßNAHMEN

4.1 Etwaige Absagen seitens des Teilnehmers haben schriftlich zu erfolgen (Post, Fax oder E-Mail).

4.2 Eine Abmeldung/Absage bei Aus- und Fortbildungen bis 3 Monate vor Lehrgangsbeginn ist kostenfrei möglich. Eine Abmeldung/Absage bei Aus- und Fortbildungen bis 31 Tage vor Lehrgangsbeginn wird mit EUR 10,00 berechnet. Eine Abmeldung/Absage vom 30. Tag bis 1. Tag

vor Lehrgangsbeginn wird bei eintägigen Veranstaltungen mit EUR 15,00, bei mehrtägigen Veranstaltungen mit EUR 30,00 in Rechnung gestellt

4.3 Krankheitsbedingte (auch durch ärztliches Attest bescheinigte) Absagen/Stornierungen entbindet den/die Teilnehmer/in nicht von der Begleichung der Stornierungsgebühr.

4.4 Eine Abmeldung/Absage bei allen Maßnahmen zieht die folgenden Stornogebühren nach sich:

Lehrgangstage bis 36 Tage vor Beginn

1 Tag (bis 8 LE) 10,00 Euro

2 Tage (bis 15 / 20 LE) 15,00 Euro

3 Tage (bis 25 LE) 20,00 Euro

> 3 Tage (> 25 LE) 30,00 Euro

Lehrgangstage ab 35 Tage vor Beginn

1 Tag (bis 8 LE) 40,00 Euro

2 Tage (bis 15 / 20 LE) 60,00 Euro

3 Tage (bis 25 LE) 100,00 Euro

> 3 Tage (> 25 LE) 200,00 Euro

Kosten, die durch Drittanbieter (Sportschulen, Hotels etc.) in Rechnung gestellt werden und die aufgeführten Stornokosten übersteigen, werden zusätzlich in Rechnung gestellt. Bis 36 Tage vor Lehrgangsbeginn kann anstelle einer Stornierung eine Umbuchung vorgenommen werden. Die Umbuchung kostet pauschal 15,- Euro. Eine spätere Umbuchung ab 35 Tage vor Lehrgangsbeginn muss im Einzelfall geprüft werden.

4.6 Bei Nichterscheinen am Tag des Lehrgangs (ohne vorherige Absage) wird die volle, reguläre Teilnehmergebühr fällig.

## **5. WETTKÄMPFE**

5.1 Alle Angaben in den Ausschreibungen zu den Altersklassen, Start-, Melde- und Qualifikationsbedingungen, Meldegebühren und Kautionsregelungen, Start- und Spielerpassregelungen sowie Kampf- und Schiedsrichterregelungen sind verbindlich und zu beachten. Für alle Wettkämpfe und Wettbewerbe sind die Ordnungen und Durchführungsbestimmungen der STB-Fachgebiete sowie die übergeordneten nationalen und internationalen Ordnungen bindend.

5.2 Eine Abmeldung vor Meldeschluss ist kostenfrei möglich, nach Meldeschluss und bei Nichtteilnahme muss das vollständige Meldegeld bezahlt werden.

5.3 Für alle LTV S-A Wettkämpfe, soweit die Ausschreibung einen Start- bzw. Spielerpass für den Wettkampf des Fachgebietes vorschreibt, sind Start- und Spielerpässe zwingend vorgeschrieben. Kann am Wettkampftag kein gültiger Startpass vorgelegt werden (bis zum Ende des betreffenden Wettkampfes ist nach Rücksprache mit der Wettkampfleitung ein Nachreichen per E-Mailanhang an die Wettkampfleitung möglich), wird der/die Teilnehmer/in nur außer Konkurrenz gewertet. Dies bedeutet, dass a) keine Platzierung erreicht wird und b) sich dieser Teilnehmer nicht weiterqualifiziert und c) die erzielten Wertungen auch für ein Mannschaftsergebnis nicht berücksichtigt werden.

5.4 Zu allen Wettkämpfen, zu denen der Einsatz von Kampf- bzw. Schiedsrichter/innen erforderlich ist, sind Kampf- bzw. Schiedsrichter/innen verbindlich namentlich zu melden. Die Anzahl und Lizenz derselben ist der jeweiligen Wettkampfausschreibung zu entnehmen. Wettkampfmeldungen ohne Kampfrichtermeldungen werden nicht angenommen.

5.4.1 Ist der/die gemeldete Vereinskampfrichter/in am Wettkampftag verhindert, hat der Verein selbstständig für Ersatz mit mindestens gleichwertiger Lizenz zu sorgen. Ohne Vereinskampfrichter mit erforderlicher Lizenz können gemeldete Teilnehmer/Mannschaften des zugehörigen Vereins in der betreffenden Altersklasse nicht starten!

5.4.2 Erscheint am Wettkampftag der oder die eingesetzte/n Vereinskampfrichter mit gültiger und für diesen Wettkampf notwendiger Lizenz nicht pünktlich (oder selbstverschuldet) zur Kampfrichterbesprechung, starten die Teilnehmer des jeweiligen Vereins in der betreffenden Altersklasse außer Konkurrenz (siehe Punkt 5.2). Für das Nichterscheinen jedes eingesetzten Vereinskampfrichters wird ein Ordnungsgeld in Höhe von 50 € erhoben.

5.4.3 Zieht der Verein nach Meldeschluss seine Wettkämpfer zurück, bleibt die Kampfrichtermeldung trotzdem bestehen. Sollte dieser Kampfrichtereinsatz nicht wahrgenommen werden, wird ein Ordnungsgeld in Höhe von 50 € erhoben.

5.4.4 Die Regelungen für den Schiedsrichtereinsatz sind in den jeweiligen Spielordnungen festgelegt.

5.5 Gehen weniger als 5 Meldungen in einer Alters- oder Leistungsklasse ein, wird der Wettkampf, wenn möglich zusammengefasst und gemeinsam gewertet. Ansonsten fällt der Wettkampf aus oder wird als Rahmenwettkampf (bei Qualifikations- oder Meisterschaftswettkämpfen für die Bundesebene) durchgeführt. Die für diesen Wettkampf Gemeldeten müssen über die Veränderungen vor dem Wettkampf unterrichtet werden.

## **6. BEZAHLUNG**

6.1 Die Bezahlung der Lehrgangsgebühr hat spätestens 14 Tage nach Rechnungsstellung per Überweisung unter Angabe der Lehrgangsnummer und des Teilnehmersnamens auf folgendes Konto zu erfolgen:

**Landesturnverband Sachsen-Anhalt**

**IBAN: DE94 8005 3762 0367 0012 44**

**BIC: NOLADE21HAL**

6.2 Für die erneute Zusendung einer Rechnung auf Grund von falschen Adressangaben (E-Mail-Adresse oder postalische Adresse) durch den Melder wird eine Bearbeitungsgebühr von 5,00 € erhoben.

6.3 Nicht rechtzeitig eingegangene Beträge werden mit Mahngebühren und ggf. Verzugszinsen in Höhe von fünf Prozent auf den Basisbetrag in Rechnung gestellt.

## **7. HAFTUNG**

7.1 Sollte der Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V., aus Gründen die er zu vertreten hat, Maßnahmen nicht durchführen, so beschränken sich die Ansprüche der Teilnehmer – außer im Falle von Vorsatz und grober Fahrlässigkeit – auf die Rückerstattung der Teilnehmergebühr/des Meldegelds.

7.2 Der Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V. haftet grundsätzlich nur für Vorsatz und/oder grobe Fahrlässigkeit. Weitere Ansprüche sind ausgeschlossen.

## **8. SONSTIGES**

8.1 In Einzelfällen (z.B. Erkrankung) kann der Veranstalter die Leitung eines Lehrganges ändern und einen anderen Referenten mit dieser Aufgabe betrauen.

8.2 Mit der Anmeldung erklärt sich Teilnehmer entsprechend des Bundesdatenschutzgesetzes von 1990 damit einverstanden, dass seine Daten mittels EDV unter Beachtung des Datenschutzgesetzes verarbeitet und innerhalb des Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V. verwendet werden.

8.3 Sollten einzelne Bestimmungen dieses Vertrages ungültig sein oder werden, so bleibt die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen unberührt. Anstelle der ungültigen Bestimmungen soll die gesetzliche Regelung gelten.

## **Impressum**

Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V.

Manfred-Stern-Str. 7

06128 Halle (Saale)

Tel.: 0345/1200216

E-Mail: [info@ltv-sachsen-anhalt.de](mailto:info@ltv-sachsen-anhalt.de)



**LANDESTURNVERBAND  
SACHSEN-ANHALT**