



„Newsletter“ Juli -September 2024



„Newsletter Gymwelt LTV/S-A“

Liebe Übungsleiter, Trainer und Interessierte des Bereiches Gymwelt, unser neuer Newsletter für die Monate Juli bis September 2024 ist da. Vielleicht habt Ihr ja trotz der Urlaubszeit gerade jetzt die Zeit, in unseren Angeboten zu schmökern.

In diesen Monaten haben wir folgende Schwerpunkte:

- Workshops
- Gesundheitssportwochenenden
- Online – Lernmodule jetzt buchbar

Bei Interesse können Anmeldungen über bildung@ltv-sachsen-anhalt.de getätigt werden oder über die Homepage des LTV www.landesturnband-sachsen-anhalt.de.

Fortbildungen Juli bis Anfang September 2024

Zeit	Thema
Workshopverlegung „Energie“ beim 100. Jahn-Turnfest	ggf. 4 LE im Rahmen der 100. Jahn-Turnfests Thema: Hüfte/ Knie und Pilates mit Rolle und Ball Bitte meldet Euch bei Interesse – wird bei Bedarf zusätzlich anstelle „Energie“ mit ins Programm genommen, da Referentin leider nicht kann.
10.8.2024 – 6 LE	9 bis 14.30 Uhr „Funktionstraining für gesunde Schultern“ Bernburg
17.8.2024 – 8 LE	100. Jahn-Turnfest Freyburg Plan siehe nachstehend
19.-23.8.2024 – 15 LE	9 bis 14.30 Uhr „Gesundheitssportwoche“ Stangerode Abgesagt!
31.8.2024 – 8 LE	9.30 bis 17 Uhr „Fasziale Strukturen Wirbelsäule, Schulter, Nacken“ Halle
1.9. 2024 – 8 LE	9.30 bis 17 Uhr „Einführung Bewegungskonzept – der bewegte Weg zur Achtsamkeit“ Halle
7.9.2024 – 8 LE	10-17 Uhr Standardisierte Programme“ Halle
21.9. 2024 – 6 LE	9.30 bis 14.30 Uhr „Stress & Stressbewältigung für Erwachsene“ - Halle

„Newsletter Gymwelt LTV/S-A“

Anmeldungen sind für alle Workshops noch möglich. Für die Workshops im Rahmen des Jahn-Turnfests bitten wir um getrennte Anmeldung über das Anmeldeformular des Jahn-Turnfests. Dieses findet Ihr auf unserer Homepage.

22

Samstag 17.08.2024	Fit & Bewegt Block A	Fit & Gesund Block B	Fit im Wissen Block C
10.00-10.45	Dance & mehr (1 LE) Jeanette Wolf	10.00-13.00 Uhr Der Weg zur Achtsamkeit Teil 1 4 LE Christina Maneke	Achtung Planänderung!!! Auf Nachfrage: - Pilates mit Rolle & Ball - Knie & Hüfte Entweder je 2 LE oder gesamt je 4 LE mit Janka Daubner
11.00-11.45	Flexibility Flow (1 LE) Jeanette Wolf		
12.00-12.45	Gleichgewicht für Erwachsene (1 LE) Gudrun Steinbach		
Mittagspause			
13.30-14.15	Körperhaltung (1 LE) Barbara Stengl	13.30-16.30 Uhr BewusstSEIN Erweiterung durch Körper- und Bewegungsreise 4 LE Janka Daubner	13.30-16.30 Uhr Der Weg zur Achtsamkeit Teil 2 4 LE Christiane Maneke
14.30-15.15	Yoga Rücken (1 LE) Beate Kleinschmidt		
15.15-16.15	Klang Yoga 2 LE Beate Kleinschmidt	Dehnung & Entspannung (1 LE) Barbara Stengl	
16.30-17.00			

Zeitplan Turnfest-Workshops

„Newsletter Gymwelt LTV/S-A“

Gesundheitssportwochenenden

Gesundheitssportwochenende
Geiseltaltsee

Anmeldung: bildung@ltv-sachsen-anhalt.de 27.-29. September 2024

LANDESTURNVERBAND SACHSEN-ANHALT

Wanderung Geiseltal See

Session Fit im Alltag durch Bewegung in der freien Natur

Stand Up Paddeln

Übernachtung in Fässern

285 Euro im DZ mit Vollverpflegung

Start Freitag 18 Uhr bis Sonntag 12 Uhr—2 Übernachtungen, Essen, & Programm

Gesundheitssportwochenende
Wernigerode

Anmeldung: bildung@ltv-sachsen-anhalt.de 25.-27.10. Oktober 2024

LANDESTURNVERBAND SACHSEN-ANHALT

Besichtigung Wernigerode

Session Fit im Alltag

Miniaturen-Park

285 Euro im DZ mit Vollverpflegung

Start Freitag 18 Uhr bis Sonntag 12 Uhr—2 Übernachtungen, Essen, & Programm

Zeit	Thema
27.-29. September 2024 Geiseltaltsee	Freitag Ankommen und Entspannung, leichte Bewegungssequenz Übernachtung in „Fässern“ am Geiseltaltsee Samstag/ Sonntag – Stand UP-Paddeln Wanderung und Animationen Geiseltaltsee Bewegung - Raus in die Natur, Erleben und Genießen Je Wochenende: 285 Euro inkl. Übernachtung/ Vollverpflegung/ Aktivitäten

„Newsletter Gymwelt LTV/S-A“



Anmeldung 2024

Name, Vorname

Anschrift

Ort der Maßnahme/Datum

E-Mail

Telefon

Maßnahme Ort/ Datum:

.....
Datum

.....
Unterschrift

Bitte an den LTV/S-A senden:

Manfred-Stern-Straße 7, 06128 Halle,

Fax 0345-1200217 oder

per Mail: bildung@ltv-sachsen-anhalt.de



Anmeldung 2024

1. Online – Lernmodule (8 LE)

Nun sind alle Online-Module einzeln auf unserer Internetseite buchbar. Hier findet Ihr den link und noch einmal den kurzen Überblick über unsere 4 Varianten:

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
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

„Newsletter Gymwelt LTV/S-A“



LANDESTURNVERBAND
SACHSEN-ANHALT

LTV-Online-Lernmodul

Yoga, Pilates & Energie

Bis 8 LE
Lizenzverlängerung

- 6 Themen mit je 2 Lerneinheiten:
 - Yoga Atmung
 - Energie für den Tag
 - Pilates mit Ball
 - Yoga
 - Energieblockaden lösen
 - Pilates mit Rolle
- **49,99 Euro** - Buchbar über Homepage LTV ab Januar 2024



LANDESTURNVERBAND
SACHSEN-ANHALT

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

Hier ist der link:

[Online-Lernplattform | Landesturnverband Sachsen-Anhalt \(landesturnverband-sachsen-anhalt.de\)](https://www.landesturnverband-sachsen-anhalt.de)

Gern könnt Ihr unsere Lernplattform mit allen Themen nutzen. Dafür gibt es Zugänge für Trainer/ Einzelnutzer für monatlich 19,90 Euro und Vereine für 39,90 Euro.

Für alle Fortbildungen und die Ausbildung sind noch Plätze frei. Bitte meldet Euch bei Interesse unter bildung@ltv-sachsen-anhalt.de oder über die Homepage www.landesturnverband-sachsen-anhalt.de.

Ich freue mich für Euer Interesse und wünsche Euch eine schöne Zeit.

Janka Daubner - Verantwortliche Bildung/Gymwelt LTV/S-A