

## Ausbildungen 2. Lizenzstufe

### Übungsleiter-Ausbildung B 2. Lizenzstufe

„Rehabilitationssport“, Profil „Orthopädie“ (106 LE)  
(Kooperation mit dem Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Rheinland-Pfalz)

NEU

**P16 - verkürzte Grundlagen:** Der Kurs umfasst 16 LE. Es werden folgende Grundlagen vermittelt: Sportorganisation und -verwaltung, Psychologie und Soziologie, Übersicht über Behinderungsarten in Theorie und Praxis  
**Block 30 - Orthopädie:** Der Kurs umfasst 90 LE. Es werden folgende spezifische Inhalte, bezogen auf die Zielgruppe (Neurosen, Depressionen, Persönlichkeitsstörungen, Psychosomatische Störungen, Suchterkrankungen, Schizophrenie, Autistisches Syndrom) vermittelt. Didaktik-Methodik, Medizin, Sportpraktische Beispiele, Trainings- und Bewegungslehre, Psychologie und Soziologie, Sportorganisation und -verwaltung, Ernährung, Lehrproben und Hospitationen, Lernerfolgskontrolle, Hausarbeit/Heimstudium. Eine Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 LE (nicht älter als 2 Jahre) muss nachgewiesen werden.



### Lehrgang Nr. 16106

Daten: 10./11.09.2016 (Pflichtteil P16)  
27.-30.09. und 04.-06.11.2016 (Block 30)  
Zeit: jeweils ca. 09.00 - 18.00 Uhr  
Ort: Vallendar  
Meldeschluss: 31.07.2016  
Voraussetzung: Besitz einer gültigen Lizenz auf der 1. Lizenzstufe (Bitte der Anmeldung Lizenzkopie beifügen)  
Gebühren: 520,00 EUR für Vereinsmitglieder BSV Rheinland-Pfalz und Turnverbände Rheinland-Pfalz  
760,00 EUR für Vereinsmitglieder anderer Behindertensportverbände  
1.040,00 EUR regulärer Preis, jeweils inkl. Übernachtung und Verpflegung  
Weitere Infos: Behinderten- und Rehabilitationssport-Verband Rheinland-Pfalz,  
T 0261/973878-0, E-Mail: info@bsv-rlp.de  
Anmeldung: [www.tvn.org](http://www.tvn.org)

## Ausbildungen 2. Lizenzstufe

### Übungsleiter-Ausbildung 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ mit dem Profil „Haltung und Bewegung“ (68 LE)

Diese Ausbildung qualifiziert Übungsleiter/innen, Präventionssportgruppen – insbesondere in den Bereichen Rückengymnastik und funktionelle Gymnastik – eigenverantwortlich und kompetent zu leiten. Folgende Inhalte werden u.a. vermittelt: Bau und Funktion des Haltungs- und Bewegungsapparates, Muskeltraining in der Prävention, Muskuläre Dysbalancen erkennen und beheben, Funktionelle Gymnastik in Theorie und Praxis, Risiken und Grenzen, Mobilisation und Dehnung, Stabilisation und Kräftigung, Kräftigung mit Zusatzgeräten, Haltungsschulung.



### Lehrgang Nr. 16105

Daten: 23.-25.09.2016 (Basiskurs Prävention)  
14.-17.10.2016 (Aufbaukurs inkl. Lernerfolgskontrolle)  
18.10.2016 (Special „Rücken-Aktiv“)  
Zeit: jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 26.08.2016  
Voraussetzung: Besitz einer Lizenz auf der 1. Lizenzstufe (Bitte der Anmeldung Lizenzkopie beifügen)  
Gebühren: **Basiskurs:** 100,00 EUR inkl. Mittagessen, zusätzlich 82,00 EUR für Übernachtung im DZ und Verpflegung  
**Aufbaukurs inkl. Special:** 185,00 EUR inkl. Mittagessen u. Kursmaterial Special (15,00 EUR GYM CARD-Ermäßigung), zusätzlich 164,00 EUR für Übernachtung im DZ und Verpflegung, zusätzlich 150,00 EUR (je 75,00 EUR für Basis- und Aufbaukurs) für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz  
Hinweis: Bei Teilnahme an einem weiteren Profil der 2. Lizenzstufe Prävention (außer „Gesundheitsförderung im Kinderturnen“) innerhalb von 2 Jahren wird der Basiskurs erlassen.  
Anmeldung: [www.tvn.org](http://www.tvn.org)

## DTB-Akademie

16110	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 5	23./24.01.16
16111	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 5	30./31.01.16
16112	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 1	11.-13.03.16
16113	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 1	08.-10.04.16
16114	DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 1	15.-17.04.16
16115	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Psychomotorik"	15.-17.04.16 01.-03.07.16 30.09.-02.10.16 25.-27.11.16
16116	DTB-Weiterbildung 4 F# "Tough-Class-Instructor"	23./24.04.16
16117	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 2	29.04.-01.05.16
16118	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Stressbewältigung durch Achtsamkeit"	29.04.-01.05.16
16119	DTB-Weiterbildung 4 F# "Instructor Outdoor FitCamp"	18./19.06.16
16120	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Faszio“ Training – Basismodul"	18./19.06.16
16121	DTB-Kursleiter-Ausbildung „Faszio“ Training – Aufbauomodul"	25./26.06.16
16122	DTB-Kursleiter-Ausbildung Pilates Stufe 2	01.-03.07.16
16123	DTB-Weiterbildung 4 F# "Core & Stability-Instructor"	02./03.07.16
16124	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 3	08.-10.07.16
16125	DTB-Weiterbildung "LaGYM-Instructor"	09./10.07.16
16126	DTB-Weiterbildung "Instructor HipHop-Dance – Basismodul"	27./28.08.16
16127	DTB-Yogalehrer Supervisionskurs	03./04.09.16
16128	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 2	09.-11.09.16
16129	DTB-Weiterbildung "KANTAERA"-Instructor"	17./18.09.16
16130	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 3	07.-09.10.16
16131	DTB-Weiterbildung "Instructor HipHop-Dance – Aufbauomodul"	15./16.10.16
16132	DTB-Weiterbildung 4 F# "CrossTraining-Instructor"	29./30.10.16
16133	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 3	11.-13.11.16
16134	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 4	02.-04.12.16
16135	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 4	02.-04.12.16
16136	DTB-Weiterbildung "Drums Alive"-Instructor"	10./11.12.16

### Veranstaltungen

21. Mai 2016 Fitness- und Aerobic-Convention, Montabaur  
09. Juli 2016 Convention „Functional Training“, Koblenz

GYMWELT

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 Frank Tel.: 0261/135-158 · E-Mail: andrea.frank@tvm.org  
Anmeldung über DTB-Gymnet: [www.tvn.org](http://www.tvn.org)

Schnell informieren und rechtzeitig Ihren Lehrgangplatz sichern!

## TVM-Fortbildungen

### Mittelrheinische Turnerjugend

16300	Grundlagen der Lauf- und Landeschulung	27.02.2016
16301	Entspannung für Kinder 6-12 Jahre	10.04.2016
	Lehrtagung „Geräturnen“	10.04.2016
16302	Mutproben	23.04.2016
16303	Hinführung zu Handstand, Rad und Rondat (Radwende) beim Bodenturnen	11.06.2016
16304	Hip Hop Tanz für Kinder im Grundschulalter	11.06.2016
16305	Yoga für Kinder und Eltern/Großeltern	24.09.2016
16306	Spieleerische Haltungsschulung	24.09.2016
16307	Fit im Kopf durch fördernde und fordernde Bewegungsspiele	12.11.2016

### Tanz und Show

16400	Dance	13.02.2016
16401	HipHop – Basics und Lehrmethodik	05.03.2016
16402	Dancing Burlesque	02.04.2016
16403	Vom Aerobic zum Tanz	03.04.2016
16404	Einführung DTB-Dance – Infoveranstaltung für Trainer, Tänzer, Tanzgr.	09.04.2016
16405	Kampfrichter-C-Ausbildung DTB-Dance	11.06.2016

### Aerobic und Fitness

16710	KamiBo®	23.01.2016
16711	Gladiator-Workout	24.01.2016
16500	Step Highlights	27.02.2016
16712	Cardio-Fitness	28.02.2016
16713	Bodystyling und Elemente des funktionellen Trainings	05.11.2016
16714	Functional Training / Athletic Workout	12.11.2016

### Gesundheitssport und Gymnastik

16740	Functional Training meets Bodyworkout- & Rückenurse	20.02.2016
16741	Pilates – Faszien in Bewegung	19./20.03.2016
16742	Variationen und Modifikationen im Pilates	03.04.2016
16743	Faszientraining	23.04.2016
16744	Athlet-Yoga / Yogaworkout	22.05.2016
16745	Faszientraining – Neue Perspektiven und Chancen für das Training des Rückens und Beckenbodens	17.07.2016
16746	Pilates – Faszien in Bewegung	03./04.09.2016
16747	Elastisch, dynamisch, kraftvoll ... Yoga und Pilates – eine faszinierende Verbindung	17.09.2016
16748	Pilates-Variationen	24.09.2016
16749	TIEMU – Tiefenmuskeltraining mit dem Redondoball plus und dem Brasil	23.10.2016
16750	Neue Aspekte in der Wirbelsäulengymnastik / Spiraldynamik mit Rückenflow Stunde, Feldenkrais und Faszientraining	06.11.2016
16751	Faszientraining	12.11.2016

### Entspannung und Stressbewältigung

16730	Schmerzbeiwältigung – Anleitung zur aktiven Selbsthilfe	08.10.2016
16731	Ungewöhnliche Übungen für das Rückentraining	09.10.2016

### Ältere und Hochaltrige

16430	Pilates für ältere Menschen	02.04.2016
16431	Yoga auf und mit dem Stuhl	30.04.2016
16432	Ganzkörperworkout für Ältere	16.07.2016
16433	Rollator-Fit – auf dem Weg zu einer neuen Sportart	30.07.2016
16434	Gehirntraining durch Bewegung	29./30.10.2016

### Schneesport

S 01	Fortbildungslehrgang für Ski- und Snowboard-Übungsleiter	26.-29.11.2015
S 02	Teil I Praxis Ausbildung Ski- und Snowboard-Übungsleiter	26.-29.11.2015
S 03	Teil II Praxis Ausbildung Ski- und Snowboard-Übungsleiter	n.N. *

\* Bitte beachten Sie die Informationen auf unserer Homepage



## Qualifizierte Aus- und Weiterbildungen 2016

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

## 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.



## 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.



## Ausbildungen 1. Lizenzstufe

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

Insbesondere kleine und mittelgroße Turn- und Sportvereine halten für ihre Mitglieder im sportartübergreifenden Breitensportbereich eine große Angebotspalette für deren breitgefächertes Interesse bereit. Dazu benötigen diese Vereine vielseitig ausgebildete Übungsleiter/innen, die in der Lage sind, die am häufigsten nachgefragten Themen aus dem Bereich des Turnens anzubieten. Ziel der Ausbildung ist es, die künftigen ÜL/innen für den Einsatz im Turnverein in den Bereichen Gerätturnen, Fitness und Spiele zu qualifizieren. Sie lernen, ein vielseitiges, qualifiziertes Training im Verein eigenverantwortlich und selbständig zu planen und durchzuführen. Inhalte sind u.a. die Themenbereiche Fitness und Funktionsgymnastik, Spielen, Bewegen an Geräten, Bewegen in der Natur, Bewegen mit Rhythmus und Musik, Grundlagen der Sportmedizin und Trainingslehre, Grundlagen der Motivation und der Bindung von Teilnehmern. Außerdem wird theoretisches Hintergrundwissen zur Planung und zum Aufbau einer Unterrichtsstunde, zu Marketing und Öffentlichkeitsarbeit sowie zu Aufsichts- und Rechtsfragen vermittelt. Die ÜL-C „Allround-Fitness (Gymnastik – Turnen – Spiel)“ werden befähigt, flexibel einen Teil der Bandbreite des Turnens zielgruppen- und altersübergreifend abzudecken und sind somit vielseitig einsetzbar.



## Ausbildungen 1. Lizenzstufe

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

Aerobic hat sich in den letzten Jahrzehnten als eine weitverbreitete Freizeitsportart im Verein etabliert und sich zu einem präventiven, gesundheitsförderlichen Sportangebot weiterentwickelt. Fitness-Aerobic ist ein „Allrounder“ geworden. Herz-Kreislauf-, Kraftausdauer-, Koordinations- und Beweglichkeitstraining mit Musik sind die Hauptelemente, die primär in der Gruppe trainiert werden. Somit erlangen die Trainingsstunden einen hohen Kommunikations- und Motivationswert. Ziel ist es, ein „effektives“ Training zu gestalten. Neben theoretischem Hintergrundwissen wird besonders Wert auf die praktische Ausbildung gelegt. In den 120 Lerneinheiten werden unter anderem folgende Inhalte vermittelt:

- **Sportübergreifendes Basiswissen:** Aufsichts- und Rechtsfragen, Verbands- und Vereinsstrukturen, Aus- und Fortbildungssysteme, Aerobic und Fitness in der Gesellschaft.
- **Sportbezogene allgemeine Grundlage in Theorie und Praxis:** Anatomische und physiologische Grundlagen, Trainingslehre, Ernährungslehre, methodische und didaktische Grundlagen: Trainerverhalten und Kommunikation, Musiklehre, Techniktraining, Haltungsaufbauschulung, Einblick in sportartspezifische Wettbewerbs- und Showangebote
- **Stundenbezogenes Hintergrundwissen in Theorie und Praxis:** Grundlagenwissen im Bereich Aerobic, Step-Aerobic und Workout, Aufbau und Planung Fitness-Aerobic-Stunden mit unterschiedlichen Phasen, Einübung in der Cueing-Technik.



## 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



## Bei uns finden Sie ...

### Lehrgangsmaßnahmen mit Qualität ...

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

### Gut ausgebildete Lehrteams ...

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

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

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

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

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

### Ihr Kurzurlaub am Rhein!

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

Gerne senden wir Ihnen unser Lehrgangsheft „Aktiv 2016“ 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 Frank** Tel.: 0261/135-158 · E-Mail: andrea.frank@tvm.org

### Lehrgang Nr. 16100

Daten: 04.-06.03.2016 (Basis-Modul)  
18.-23.03.2016 (Aufbau-Modul)  
22.-24.04.2016 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr,  
weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 29.01.2016  
Gebühren: 175,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
544,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und Verpflegung), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

### Lehrgang Nr. 16104

Daten: 23.-25.09.2016 (Basis-Modul)  
14.-19.10.2016 (Aufbau-Modul)  
04.-06.11.2016 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr,  
weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 26.08.2016  
Gebühren: 175,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
544,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und Verpflegung), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Anmeldung: [www.tvm.org](http://www.tvm.org)

### Lehrgang Nr. 16101

Daten: 04.-06.03.2016 (Basis-Modul)  
18.-23.03.2016 (Aufbau-Modul)  
22.-24.04.2016 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr,  
weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 29.01.2016  
Gebühren: 175,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
544,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und Verpflegung), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Anmeldung: [www.tvm.org](http://www.tvm.org)

### Lehrgang Nr. 16102

Daten: a) 24.-26.06.2016 (Basis-Modul)  
b) 15.-20.07.2016 (Aufbau-Modul)  
c) 09.-11.09.2016 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr,  
weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr  
Orte: a) Koblenz, b+c) Bad Sobernheim  
Meldeschluss: 25.05.2016  
Gebühren: 175,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
Übernachtung: a) zuzüglich 82,00 EUR im DZ inkl. Verpflegung, b+c) in Eigenregie zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Anmeldung: [www.tvm.org](http://www.tvm.org)

### Lehrgang Nr. 16103

Daten: 24.-26.06.2016 (Basis-Modul)  
15.-20.07.2016 (Aufbau-Modul)  
09.-11.09.2016 (Lernerfolgskontrolle)  
Zeit: Fr. ca. 17.00 - 21.00 Uhr, Sa./So. ca. 08.30 - 19.00 Uhr  
Ort: Koblenz  
Meldeschluss: 25.05.2016  
Voraussetzung: mind. einjährige Teilnahme an Vereins-Aerobic-Stunden  
Gebühren: 250,00 EUR (inkl. Mittagessen)  
619,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ und Verpflegung), zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz

Anmeldung: [www.tvm.org](http://www.tvm.org)