

Ausbildungen 1. Lizenzstufe



Leistungssport

Trainer-C-Ausbildung Leistungssport „Rhythmische Sportgymnastik“ (120 LE)

Diese Ausbildung bildet qualifizierte Trainerinnen und Trainer für ein leistungsorientiertes Training in Gymnastik und Rhythmischer Sportgymnastik aus. Die Teilnehmer/innen lernen, ein qualifiziertes Sportangebot im Verein eigenverantwortlich und selbständig zu planen und durchzuführen. Inhalte der Ausbildung sind u.a. konditionell-koordinatives Grundlagentraining, gymnastische Grundformen, körpertechnisch-tänzerisches Training, Zusammenhänge von Musik und Bewegung, gerätetechnisches Training. Daneben wird Grundlagenwissen zu Anatomie und Physiologie, zur Planung von Unterrichtsstunden, zum Trainingsprozess, zum Führen von Gruppen, zu zielgruppenspezifischen Besonderheiten etc. vermittelt.

Lehrgang Nr. 20102
Daten: 03.-05.07.2020 (Basis-Modul)
 01.-07.08.2020 (Aufbau-Modul)
 14./15.08.2020 (Lernerfolgskontrolle)
Zeit: FR ab 16.00 Uhr, weitere Tage ganztägig
Ort: Koblenz (Basis-Modul), Höhr-Grenzhausen (Aufbau-Modul und Lernerfolgskontrolle)
Gebühren: 215,00 EUR (inkl. Mittagessen)
Übernachtung auf Anfrage
 zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Meldeschluss: 05.06.2020
Anmeldung: www.tvmm.org



Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten



der DTB-Akademie Koblenz

20110	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 1	28.02.-01.03.2020
20111	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 1	06.-08.03.2020
20112	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 1	20.-22.03.2020
20113	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Entspannungstechniken"	27.-29.03.2020
20114	DTB-Mastermodul Yoga & Psychologie: Grundlagen I "Das Herz"	03.-05.04.2020
20115	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 2	24.-26.04.2020
20116	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 2	08.-10.05.2020
20117	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 2	15.-17.05.2020
20118	DTB-Weiterbildung "Instructor Outdoor FitCamp"	16.05.2020
20119	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 3	05.-07.06.2020
20120	DTB-Weiterbildung "Bewegungspädagogik - Beziehung durch Bewegung"	19./20.06.2020
20121	DTB-Weiterbildung "Instructor Cross-Training"	20./21.06.2020
20122	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Fit in der Schwangerschaft"	27./28.06.2020
20123	DTB-Mastermodul Yoga & Psychologie: Grundlagen II "Das vegetative Nervensystem"	03.-05.07.2020
20124	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 3	21.-23.08.2020
20125	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 3	21.-23.08.2020
20126	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 4	11.-13.09.2020
20127	DTB-Weiterbildung "Tough-Class-Instructor"	19.09.2020
20128	DTB-Mastermodul Yoga & Psychologie: Grundlagen III "Der Stoffwechsel"	02.-04.10.2020
20129	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 4	09.-11.10.2020
20130	DTB-Yogalehrer Supervision	10./11.10.2020
20131	DTB-Kursleiter-Ausbildung "Stressbewältigung durch Achtsamkeit"	23.-25.10.2020
20132	DTB-Kursleiter-Ausbildung Yoga Stufe 5	07./08.11.2020
20133	Aufbaumodul für DTB-Yogalehrer: Ausbildung zum Meditationsleiter	02.-06.12.2020
20134	DTB-Trainer-Ausbildung Pilates Stufe 5	05./06.12.2020
20135	DTB-Mastermodul Yoga & Psychologie: Supervision	11.-13.12.2020

Anmeldung über DTB-Gymnet: www.tvmm.org

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

Turnverband Mittelrhein
 Rheinau 10 • 56075 Koblenz

Hans-Peter Kress Tel.: 0261/135-153 • E-Mail: hans-peter.kress@tvmm.org
Andrea Kuhl Tel.: 0261/135-158 • E-Mail: andrea.kuhl@tvmm.org

Fortbildungen des TVM und der

DTB-Akademie Koblenz



LG	Thema	Datum
Mittelrheinische Turnerjugend		
20300	Thementag Olympiabarren (Spannbarren)	29.02.2020
20301	Von der Idee zur Choreographie	14.03.2020
20302	Vielfalt ist in ...	04.04.2020
20303	Rope Skipping	25.04.2020
20304	Qualifizierung im Kinderturnen	19.-21.06.2020
20305	Immer wieder etwas anderes ...	29.08.2020
20306	Kleinkinderturnen	26.09.2020
20307	Handstützüberschlag vorwärts ...	10.10.2020
20308	Inklusion in der Turnstunde	31.10.2020
Tanz und Show		
20400	Highlight Disco Party®	08.03.2020
20401	Dance-Fit - Faszien im Action	14.03.2020
20402	Dance-Inspiration-Day	18.04.2020
20403	Dance all day - Input für alle Tanzunterrichtende und Showgruppenleiter	06.09.2020
20404	Do you wanna dance with me	26.09.2020
Aerobic und Fitness		
20710	Stoffwechseltrainer - Stoffwechsoptimierung durch Ernährung und Sport	29.02./01.03.2020
20711	Langhantel-Training	29.02.2020
20712	Kurzausbildung "Choreographie aufbauen mit und ohne Step"	21./22.03.2020 ff
20713	Fit-Mix-Day	28.03.2020
20714	Workout-Inspiration-Day	19.04.2020
20715	Rund um das Step	08.11.2020



Fortbildungen des TVM und der

DTB-Akademie Koblenz



LG	Thema	Datum
Gesundheitssport und Gymnastik		
20740	Mehr faszinierendes FASZIO® - Ganz viele neue Übungen	15.03.2020
20741	Befreiter Rücken	21.03.2020
20742	Mentale Brücken zum gesunden Rücken	22.03.2020
20743	Rücken-Mix	29.03.2020
20744	Pilates bei Skoliose	10.05.2020
20745	Faszientraining in der Gruppe für Jung & Alt	29.08.2020
20746	Flexi-Bar meets Faszientraining & Functional Training	30.08.2020
20747	Pure Stretch - Was Stretching kann und warum Flexibilität gleich Kraft ist	05.09.2020
20748	Abwechslungsreiches Rückentraining mit Redondball, Tennisball und Phantasiereisen	26.09.2020
20749	Ideen für Deine Pilates-Kurse	15.11.2020
Entspannung und Stressbewältigung		
20730	Slow Down and Relax	04./05.04.2020
20731	Ausrichtungsprinzipien Hüfte/Hanumanasana - der Spagat im Yoga	02.05.2020
20732	Meditation in Bewegung und Stille	12.09.2020
20733	Meditation und Achtsamkeit für den Trainer/ Übungsleiter im Unterricht und im Alltag	27.09.2020
70734	Entspannt - gesund - fit mit Autogenem Training	14./15.11.2020
20735	ATME!!!	21.11.2020
Ältere und Hochaltrige		
20430	Happy Senior!	07.03.2020
20431	Entspannung, Bewegung, Koordination für Ältere/ Hochaltrige	20.06.2020
20432	Verbesserung von Mobilität durch Kraft und Gleichgewicht in Theorie und Praxis	27.06.2020
20433	Rollator-Fit®	04.07.2020
20434	Rollator-Tanz	05.07.2020
20435	Standfest im Alter	12.09.2020
20436	Rollator-Tanz	03.10.2020
20437	Rollator-Fit®	04.10.2020
20438	Vital-Training - aktiv & beweglich mit 60+	14.11.2020
20439	Bewegung im Raum und Sitztänze	28.11.2020
Veranstaltungen		
	Fitness- und Aerobic-Convention, Montabaur	09.05.2020
	Convention "Pilates, Yoga, Workout, Koblenz"	31.10.2020

Anmeldung über DTB-Gymnet: www.tvmm.org



Gemeinsam zum Erfolg!



Angebote 2020

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

Informieren Sie sich jetzt!
www.tvmm.org

Ausbildungen 1. Lizenzstufe



Übungsleiter-Ausbildung C „Kinderturnen“ (120 LE)

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

Lehrgang Nr. 20100
Daten: 20.-22.03.2020 (Basis-Modul)
14.-19.04.2020 (Aufbau-Modul)
15.-17.05.2020 (Lernerfolgskontrolle)
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr,
weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 19.02.2020
Gebühren: 215,00 EUR (inkl. Mittagessen)
629,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ
und Verpflegung)
zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen
außerhalb von Rheinland-Pfalz
Anmeldung: www.tvm.org

Lehrgang Nr. 20104
Daten: 18.-20.09.2020 (Basis-Modul)
09.-15.10.2020 (Aufbau-Modul)
06.-08.11.2020 (Lernerfolgskontrolle)
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr,
weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 21.08.2020
Gebühren: 215,00 EUR (inkl. Mittagessen)
675,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ
und Verpflegung)
zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen
außerhalb von Rheinland-Pfalz
Anmeldung: www.tvm.org

Ausbildungen 1. Lizenzstufe



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

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

Lehrgang Nr. 20101
Daten: 20.-22.03.2020 (Basis-Modul)
14.-19.04.2020 (Aufbau-Modul)
15.-17.05.2020 (Lernerfolgskontrolle)
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 19.02.2020
Gebühren: 215,00 EUR (inkl. Mittagessen)
629,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ
und Verpflegung)
zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen
außerhalb von Rheinland-Pfalz
Anmeldung: www.tvm.org

Ausbildungen 1. Lizenzstufe



Trainer-C-Ausbildung Breitensport „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

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

Lehrgang Nr. 20105
Daten: 18.-20.09.2020 (Basis-Modul)
09.-15.10.2020 (Aufbau-Modul)
06.-08.11.2020 (Lernerfolgskontrolle)
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr, weitere Tage
jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 21.08.2020
Gebühren: 215,00 EUR (inkl. Mittagessen)
675,00 EUR (inkl. Übernachtung im DZ
und Verpflegung)
zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen
außerhalb von Rheinland-Pfalz
Anmeldung: www.tvm.org

Ausbildungen 2. Lizenzstufe



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

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

Lehrgang Nr. 20103
Daten: 03.-09.07.2020 (inkl. Lernerfolgskontrolle)
Zeit: jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz
Meldeschluss: 05.06.2020
Voraussetzung: Besitz einer Lizenz auf der 1. Lizenzstufe
(Bitte der Anmeldung Lizenzkopie beifügen)
Gebühren: 295,00 EUR inkl. Mittagessen
(15,00 EUR GYM CARD-Ermäßigung)
zuzüglich 276,00 EUR für Übernachtung im DZ
und Verpflegung
zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer aus Vereinen
außerhalb von Rheinland-Pfalz
Anmeldung: www.tvm.org

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...

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

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

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

Günstige Preise / GYM CARD-Rabatt ...
... unsere Preise sind kundenorientiert günstig kalkuliert. Wir gewähren Frühbucher-Rabatte und für GymCard-Mitglieder weitere Sonderkonditionen.

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

Gerne senden wir Ihnen unser **Lehrgangsheft „Aktiv 2020“** mit allen Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten kostenlos zu oder wir informieren Sie über unseren Newsletter mit aktuellen Angeboten und Infos (Anmeldung Newsletter über www.tvm.org)

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

Fotos: www.fotolia.com