

Ausbildungen 1. Lizenzstufe



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

Die Tätigkeit der Trainer*in-C umfasst die Hinführung zum wett-kampf- und leistungsorientierten Training im Gerätturnen. Ziel der Ausbildung ist es, Kinder zur Teilnahme an Wettkämpfen nach DTB-Programmen bei mindestens 4-stündigem Training pro Woche zu befähigen - also keine breitensportliche Orientierung, wo spielerische Elemente im Vordergrund stünden. Dabei werden, aufbauend auf eigenen Erfahrungen der Teilnehmer*innen (als Aktive*r bzw. Trainingshilfskraft), Grundlagen für die sehr verantwortungsvolle Arbeit mit Kindern vermittelt (Didaktik, Methodik, anatomische, physiologische, sportmedizinische, psychologische, pädagogische Grundlagen). Die spezifische Trainings- und Bewegungslehre sowie Kampfrichter*innen-Tätigkeit stellen Schwerpunkte der Theorietemen dar.

Lehrgang Nr. 25102
 Daten: 13.-15.06.2025 Basis-Modul
 04.-09.07.2025 Aufbau-Modul
 22.-24.08.2025 Lernerfolgskontrolle
 Zeit: Fr. ab 16.00 Uhr, weitere Tage ganztägig
 Ort: Koblenz*
 Gebühren: 215,00 EUR
 zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer*innen aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
 Meldeschluss: 16.05.2025
 Anmeldung: www.tvn.org



* Veranstaltungsort Koblenz: Übernachtungsmöglichkeit unter www.sportschuleoberwerth.de (unter „Reservierungsanfrage“)

Aus- und Weiterbildungen der DTB-Akademie Koblenz



LG-Nr.	Maßnahme	Datum
25110	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 5	08./09.03.2025
25111	4XF Instructor Kettlebell-Training	08.02.2025
25112	DTB-Kursleiter*in Dancefitness im besten Alter	28.-30.03.2025
25113	Stretching-Instructor	04.-06.04.2025
25114	DTB-Kursleiter*in Mama fit - Baby mit	05./06.04.2025
25115	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 1	11.-13.04.2025
25116	DTB-Yogalehrer*in Aufbaukurs 1	16.-18.05.2025
25117	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 2	16.-18.05.2025
25118	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 1	23.-25.05.2025
25119	DTB-Yogalehrer*in Aufbaukurs 2	13.-15.06.2025
25120	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 2	27.-29.06.2025
25121	Instructor FRIDA® Fitness	29.-31.08.2025
25122	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 3	05.-07.09.2025
25123	DTB-Yogalehrer*in Aufbaukurs 3	12.-14.09.2025
25124	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 3	26.-28.09.2025
25125	DTB-Kursleiter*in Entspannungstechniken	26.-28.09.2025
25126	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 4	10.-12.10.2025
25127	DTB-Instructor Walking / Nordic Walking	24.-26.10.2025
25128	DTB-Yogalehrer*in Supervision	25./26.10.2025
25129	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 4	07.-09.11.2025
25ZPP	Standardisiertes Programm (ZPP): Kurskonzept "Hatha Yoga"	16.11.2025
25130	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 5	16.11.2025
25131	Bewegungsexpert*in im Alterungsprozess - Antara® Basic	22./23.11.2025
25132	DTB-Kursleiter*in Stressbewältigung durch Achtsamkeit	21.-23.11.2025
25133	DTB-Kursleiter*in Fit mit LineDance	28.-30.11.2025
26110	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 5	17./18.01.2026
26111	Bewegungsexpert*in im Alterungsprozess- Antara® Age Teil 1	20.-22.02.2026
26112	Bewegungsexpert*in im Alterungsprozess- Antara® Age Teil 2	13.-15.03.2026

Anmeldung über DTB-Gymnet: www.tvn.org

Hier gibt es weitere Informationen zu Ihrem persönlichen Aus- und Weiterbildungsplan:

Turnverband Mittelrhein e.V. • Rheinau 10 • 56075 Koblenz

Hans-Peter Kress Tel.: 0261/949084-153
 E-Mail: hans-peter.kress@tvn.org
Andrea Kuhl Tel.: 0261/949084-158
 E-Mail: andrea.kuhl@tvn.org

Fortbildungen des TVM und der DTB-Akademie Koblenz



Online-Fortbildungen der Gesundheits- und Fitness-Akademie Süd-West Online

LG	Thema	Datum
Mittelrheinische Turnerjugend		
25300	Vom Spielen zum Turnen	15.03.2025
25301	Tänze für Kinder im Grundschulalter	05.04.2025
25302	Fitness für Kids/Jugendliche	26.04.2025
25303	Entspannung und Bewegung im Einklang- Yoga, Qi Gong, Fantasiereisen für Kinder im Vor- und Grundschulalter	24.05.2025
25304	Spiele für Kinder im Alter von 10-17 Jahren	30.08.2025
25305 a	Gerätturnen: Balken	06.09.2025
25305 b	Gerätturnen: Boden	06.09.2025
25306	Gerätturnen weiblich für Trainer-C-Gerätturnerinnen Leistungssport: Sprungtisch	11.10.2025
25307	Gerätturnen: Leistungsturnen für Anfänger	08.11.2025
25308	Das magische Baumhaus-Flieg mit ins Abenteuerland	15.11.2025

Aerobic und Fitness

25710	Fitnessstudio in die Turnhalle bringen	22.03.2025
25711	Fatburner-Training: Easy Aerobic & Step	06.04.2025
25712	Bokatics für Einsteiger	26.04.2025
25713	Fit Mix Intervall	07.09.2025
25714	Intervall - Ernährung + Bewegung	20./21.09.2025
25715	Drums Alive® Fitness-Mix	01.11.2025
25716	Funktionelles Eigengewichtstraining	15.11.2025
25717	Core-Training mit Kleingeräten	16.11.2025

ONLINE:

25ONLINE5	Super 5	18.02.2025
25ONLINE7	Neuro-Mobility	01.04.2025
25ONLINE8	BBP 90er/2000er Feierabend-Party	11.06.2025
25ONLINE10	Bauch-Beine-Po-Training zum Feierabend	05.11.2025

Gesundheitssport und Gymnastik

25740	Proteine, Fett & Kohlenhydrate: Die richtige Verteilung macht's	05.04.2025
25741	Neurofasziales Training - vom Gehirn zum Gewebe	28./29.06.2025
25742	Update DTB-Rückentrainer*in - Schwerpunkt Bauchmuskulatur	29.06.2025
25743	Variationen und Choreographie-Beispiele für deinen Pilates-Unterricht	05.07.2025
25744	Einsatz von Hilfsmitteln/Kleingeräten im Pilates-Unterricht	06.07.2025
25745	Wirbelsäule im Fokus - Fuß, Knie, Hüfte	06.09.2025
25746	Cupping gegen Gewebestress	07.11.2025

Fortbildungen des TVM und der DTB-Akademie Koblenz



Online-Fortbildungen der Gesundheits- und Fitness-Akademie Süd-West Online

25747	Der Faszien-Code: Training gemäß der Genetik	08.11.2025
25748	Rückenfitness: Wir schonen nicht - wir trainieren!	09.11.2025
ONLINE:		
25ONLINE1	Gesunder Darm - gesundes Leben!	18.01.2025
25ONLINE2	Die gesunde Schilddrüse	25.01.2025
25ONLINE3	WIR brauchen Schokolade!	04.02.2025
25ONLINE4	Protein, Muskulatur & Bewegung	08.02.2025
25ONLINE11	Der Darm als Schaltzentrale für ein aktives Immunsystem	27.11.2025
25ONLINE13	Zucker - die bittersüße Verführung	30.11.2025

Entspannung und Stressbewältigung

25730	Dein Atem - so viel mehr als nur "Luft holen"	16.02.2025
25731	Yoga für einen gesunden Rücken	22.02.2025
25732	Atemgesundheit in Sport und Alltag	27./28.06.2025
25733	Entspannung & Achtsamkeit für Sport- und Trainingskurse	21.09.2025

ONLINE:

25ONLINE6	Yoga auf dem Bürostuhl	18.03.2025
25ONLINE12	Warum Stress dick macht Entspannung	30.11.2025

Ältere und Hochaltrige

25430	Senioren in Form	15.02.2025
25431	Rollator-Fit®	22.02.2025
25432	Rollator-Fit® durch Rollator-Tanz	23.02.2025
25433	Pilates - Sanfte Fitness mit älteren Menschen	23.08.2025
25434	Drums Alive® Golden Beats	02.11.2025

ONLINE:

25ONLINE9	Das Geheimnis der 100-jährigen: Fit und Gesund mit 100?	16.09.2025
-----------	---	------------

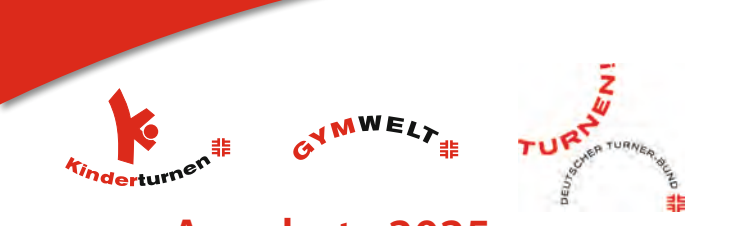
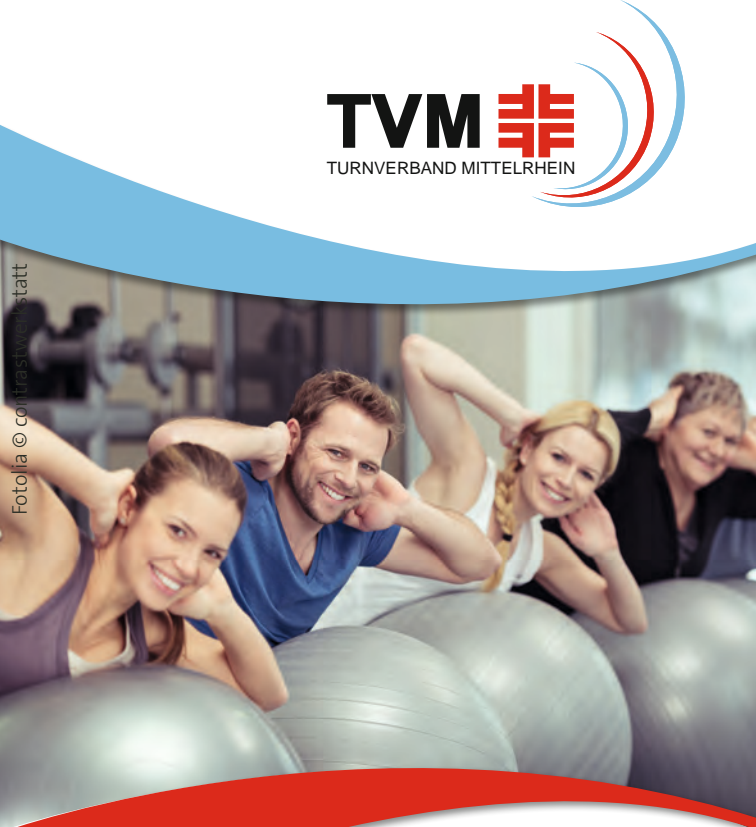
Tanz und Show

25401	Energie Dance®	22.03.2025
25400	Fit mit LineDance	10.05.2025

Veranstaltungen/Conventions

Fachtagung "Bewegung in der Kindertagesstätte"	20.03.2025
Fitness- und Aerobic-Convention, Montabaur	17.05.2025
TVM-Special "Gerät- und Kinderturnen", Koblenz	28.06.2025
Fachtagung Altenpflege "Bewegung und Mobilität"	30.10.2025
Convention "Pilates & Yoga", Koblenz	15.11.2025

Ausschreibungen und Anmeldungen über DTB-Gymnet: www.tvn.org



Angebote 2025

Qualifizieren, ausbilden, weiterbilden & wieder einsteigen!

Wir freuen uns auf Sie!
www.tvn.org

Ausbildungen 1. Lizenzstufe



Übungsleiter*in-Ausbildung C Breitensport „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*in 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 Teilnehmenden 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 heranzuführen können. Ebenso werden unterschiedliche Lehr- und Lernformen wie Bewegungslandschaften, Bewegungsgeschichten und Stationsbetriebe ausführlich vorgestellt. Am Ende der Ausbildung können die Teilnehmenden Spiel- und Übungsformen kindgerecht verpacken und den Kindern mit gezielten Hilfestellungen zum Erfolg verhelfen. Die Ausbildung richtet sich an Übungsleiteranwärter*innen, die mit Kindern im Grundschulalter sportartübergreifend auf Basis von spielerischen und zielgruppengerechten Angeboten im Breitensport arbeiten möchten.

Lehrgang Nr. 25100
Daten: 28.-30.03.2025 Basis-Modul
11.-16.04.2025 Aufbau-Modul
09.-11.05.2025 Lernerfolgskontrolle
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr (i.d. Regel digital), weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz*
Gebühren: 215,00 EUR zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmende aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Meldeschluss: 28.02.2025
Anmeldung: www.tvm.org

Lehrgang Nr. 25104
Daten: 26.-28.09.2025 Basis-Modul
10.-15.10.2025 Aufbau-Modul
07.-09.11.2025 Lernerfolgskontrolle
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr (i.d. Regel digital), weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Bitburg
Gebühren: 215,00 EUR zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmende aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz Übernachtung auf Anfrage
Meldeschluss: 29.08.2025
Anmeldung: www.tvm.org

* Veranstaltungsort Koblenz: Übernachtungsmöglichkeit unter www.sportschuleoberwerth.de (unter „Reservierungsanfrage“)

Ausbildungen 1. Lizenzstufe



Trainer*in-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 schaffen.

Lehrgang Nr. 25101
Daten: 28.-30.03.2025 Basis-Modul
11.-16.04.2025 Aufbau-Modul
09.-11.05.2025 Lernerfolgskontrolle
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr (i.d. Regel digital), weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz*
Gebühren: 215,00 EUR zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmende aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Meldeschluss: 28.02.2025
Anmeldung: www.tvm.org

Neu 2025: TVM-Moodle-Workplace
Gute Nachrichten für Fans des E-Learnings! Ab dem Jahr 2025 werden die Teilnehmenden an unseren Ausbildungen das Basis-Modul auf dem TVM-Moodle-Workplace absolvieren können.
Im Rahmen unserer Übungsleiter- und Trainerausbildungen schaffen wir hiermit die Möglichkeit, alle sportartübergreifenden und überwiegend theoretischen Inhalte als Videokonferenz und im Rahmen des Blended Learnings abbilden zu können.
Der große Vorteil für unsere Teilnehmer*innen liegt in einem zeitlich unabhängigen Lernen.
In diesem Fall werden wir natürlich auch Kick-off-Veranstaltungen vorschalten, um die Abläufe zu erläutern.
Nähere Infos folgen frühzeitig vor Ausbildungsbeginn.

Ausbildungen 1. Lizenzstufe



Übungsleiter*in-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*innen-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. 25103
Daten: 13.-15.06.2025 Basis-Modul
04.-09.07.2025 Aufbau-Modul
22.-24.08.2025 Lernerfolgskontrolle
Zeit: Fr. ca. 16.00 - 20.00 Uhr (i.d. Regel digital), weitere Tage jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Bad Sobernheim
Gebühr: 215,00 EUR zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmende aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz Übernachtung auf Anfrage
Meldeschluss: 16.05.2025
Anmeldung: www.tvm.org

Ausbildungen 2. Lizenzstufe



Übungsleiter*in-Ausbildung 2. Lizenzstufe „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 Übungsleiter*innen 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. Mit dem Pluspunkt Gesundheit können Turn- und Sportvereine ihre Kompetenzen besser präsentieren. Weiterhin können sie mit diesem Siegel standardisierte Gesundheitssportkurse anbieten, bei denen eine Bezuschussung der Kursgebühren von den Krankenkassen möglich ist.

Lehrgang Nr. 25105
Daten: 10.-16.10.2025 inkl. Lernerfolgskontrolle
Zeit: jeweils ca. 08.30 - 18.30 Uhr
Ort: Koblenz*
Voraussetzung: Besitz einer ÜL-/Trainer*in-Lizenz auf der 1. Lizenzstufe und mind. einjährige Tätigkeit als Übungsleiter*in oder Trainer*in im Verein (Bitte der Anmeldung Nachweis und Lizenzkopie beifügen)
Gebühren: 280,00 EUR (GYMCARD-/DTB-ID-Preis) 295,00 EUR (regulärer Preis) zuzüglich 150,00 EUR für Teilnehmer*innen aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Meldeschluss: 12.09.2025
Anmeldung: www.tvm.org

* Veranstaltungsort Koblenz: Übernachtungsmöglichkeit unter www.sportschuleoberwerth.de (unter „Reservierungsanfrage“)

Das sind wir:

Turnverband Mittelrhein e.V. • Rheinau 10 • 56075 Koblenz
Telefon: 0261/949084-0
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 Referent*innen 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 / Rabatt für Inhaber*innen GYMCARD, DTB-ID
Unsere Preise sind kundenorientiert günstig kalkuliert. Wir gewähren Frühbucher-Rabatte und für GYMCARD-/DTB-ID-Inhaber*innen weitere Sonderkonditionen.

Informationen rund um die Ausbildung erhalten Sie bei:
Hans-Peter Kress Tel.: 0261/949084-153
E-Mail: hans-peter.kress@tvm.org
Andrea Kuhl Tel.: 0261/949084-158
E-Mail: andrea.kuhl@tvm.org



Fotolia © UBER IMAGES