

LG-Nr.	Maßnahme	Datum
27110	DTB-Rückenexpert*in - RückenPraxis Pur	30./31.01.2027
27111	DTB-Kursleiter*in Gehirntraining durch Bewegung	12.-14.02.2027
27112	DTB-Rückenexpert*in - Aufbauomodul 1 "Becken/Hüftgelenk"	26.-28.02.2027
27113	DTB-Rückenexpert*in - Aufbauomodul 2 "Schultergürtel/Halswirbelsäule"	09.-11.04.2027
27114	DTB-Kursleiter*in „Fit mit LineDance“	16.-18.04.2027
27115	DTB-Kursleiter*in „Kids in action“	30.04.-02.05.2027
27116	Weiterbildung "Neurozentriertes Training - Basics"	01./02.05.2027
27117	DTB-Rückenexpert*in - Coaching + Lernerfolgskontrolle (Prüfung)	05./06.06.2027
27118	DTB-Trainer*in Pilates Advanced - Modul 3 Hüftgelenk & Faszien	11./12.06.2027
27119	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 1	11.-13.06.2027
27120	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 1	18.-20.06.2027
27121	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 2	20.-22.08.2027
27122	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 2	27.-29.08.2027
27123	DTB-Kursleiter*in Entspannungstechniken	10.-12.09.2027
27124	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 3	24.-26.09.2027
27125	DTB-Kursleiter*in FaszioTraining kompakt	02.-05.10.2027
27126	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 3	22.-24.10.2027
27127	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 4	29.-31.10.2027
27128	Weiterbildung "Neurozentriertes Training - Vertiefung"	13./14.11.2027
27129	DTB-Kursleiter*in Yoga Stufe 5	27./28.11.2027
27130	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 4	03.-05.12.2027
28110	DTB-Trainer*in Pilates Stufe 5	12./13.02.2028

Anmeldung über DTB-Gymnet: www.tvmm.org

Hier findest du weitere Informationen zu deinem persönlichen Aus- und Weiterbildungsplan: www.tvmm.org

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

Sarah Lewandowski Tel.: 0261 949084-153 E-Mail: sarah.lewandowski@tvm.org	Andrea Kuhl Tel.: 0261 949084-158 E-Mail: andrea.kuhl@tvm.org
---	---

Fortbildungen des TVM und der
DTB-Akademie Koblenz



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

LG	Thema	Datum
Mittelrheinische Turnerjugend		
27300	Gerätturnen männlich: Grundlagen und Praxis	14.02.2027
27301	Gerätturnen: Grundlagen / Schwingen bis zur Riesenfelge	21.02.2027
27302	Spiele zur Förderung der Kondition und Koordination	13.03.2027
27303	Nur fliegen ist schöner - Turnen mit System	04.04.2027
27304	Lasst uns wild sein - Fang mich doch...!	10.04.2027
27305	Fitte Kids durch gemeinsames Erleben im Kinderturnen	24.04.2027
27306	Gerätturnen? Klar macht das Spaß! 1. Teil	22.05.2027
27307	Erlebnispädagogik im Sport mit gruppendynamischen Spielen	18.09.2027
27308	Das Abenteuer mit Hase Hollywood	23.10.2027
27309	Kreative Bewegungsparcours im Kinderturnen	30.10.2027
27310	Sprung - Vom Anlauf bis zur Landung	14.11.2027

Aerobic und Fitness

27710	Functional Group-Fitness	07.03.2027
27711	HIIT meets Group-Fitness - Mehr als nur Intervalltraining	17.04.2027
27712	Step-Aerobic für Einsteiger	15.08.2027
27713	Functional Power Training - Move & Burn	12.09.2027
27714	Fit Mix - neue Ideen für abwechslungsreiche Fitnessstunden	25.09.2027
27715	Step Mittelstufe & Step-Dance für Fortgeschrittene	23.10.2027
ONLINE:		
27ONLINE7	Step Aerobic next Level	10.03.2027
27ONLINE11	Tabata (20/10 Intervalltraining)	03.11.2027

Gesundheitssport und Gymnastik

27740	Sicheres Bauchmuskeltraining mit Fokus auf die Rektusdiastase	19./20.03.2027
27741	Stretching Praxistag - Techniktraining und Übungsideen	21.03.2027
27742	Mit Händen & Füßen - Bewegen & Gehirn	24.04.2027
27743	Reformer-Feeling & Wand-Power - Pilates kreativ gestalten	13.06.2027
27744	Körperschule - gesunde Körperhaltung mit Muskelfunktionsdiagnostik	05.09.2027
27745	Sport mit Osteoporose	21.11.2027

Fortbildungen des TVM und der
DTB-Akademie Koblenz



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

ONLINE:		
27ONLINE1	4 Schlüssel gegen Rückenschmerzen	18.01.2027
27ONLINE3	Fresh up - Knie	11.02.2027
27ONLINE5	Fresh up - Schulter	25.02.2027
27ONLINE6	Faszien - der Schlüssel zu mehr Wohlbefinden	04.03.2027
27ONLINE8	Neurozentriertes Training bei Schulter-Nackten-Beschwerden	13.05.2027
Entspannung und Stressbewältigung		
27730	Yoga in der Gesundheitsförderung - zur Prävention und Stressbewältigung	19.06.2027
27731	Im Dialog mit dem Körper - ein Weg zu mehr Selbstwahrnehmung	07.08.2027
27732	Der Vagusnerv - das Vagus-Training	08.08.2027
ONLINE:		
27ONLINE10	Wie Essen unseren Schlaf bestimmt	23.09.2027
27ONLINE12	Wechseljahre - JA UND?? Ich bin dabei!	08.11.2027
27ONLINE13	Yoga Basics - Hatha & Vinyasa in Balance	14.12.2027

Ältere und Hochaltrige

27430	Seniorenfitness - gesundheitsorientierte Bewegungsangebote	14.03.2027
27431	Aktiv im Alter - Kreative Ideen für Seniorengruppen im Verein	12.06.2027
27432	ATP - AlltagsTrainingsProgramm	25.09.2027

ONLINE:		
27ONLINE2	Easy Line Dance 60+ - Klassiker der 60er - 80er	28.01.2027
27ONLINE9	Neurozentriertes Training in der Sturzprophylaxe	09.09.2027

Tanz und Show

27400	Day of Dance I	06.03.2027
27401	Energy Dance®	10.04.2027
27402	Day of Dance II	21.08.2027

ONLINE:		
27ONLINE4	DAYO	17.02.2027

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

Unsere Fortbildungsveranstaltungen 2027:

**Fitness- und Aerobic-Convention
am 22.05.2027 in Montabaur**

Bist du bereit, deine Fitness auf das nächste Level zu bringen? Bei unserer Convention erwarten dich 16 abwechslungsreiche Workshops aus den Bereichen Step-Aerobic, Core & Stability, Dance-Yoga und vieles mehr!
Tauche ein in dynamische Trainingseinheiten, die Spaß machen und dich gleichzeitig fordern. Ob du deine Koordination verbessern, deine Muskulatur stärken oder einfach nur Spaß an Bewegung haben möchtest – hier findest du genau das Richtige. Mach dich bereit für einen energiegeladenen Tag voller Bewegung, Motivation und guter Laune. Jede*r kann mitmachen, ob Übungsleiter*in, Trainer*in, Kursteilnehmer*in... Hier ist für jede*n was dabei!

Infos & Anmeldung:



**TVM-Special Gerät- und Kinderturnen
am 28.08.2027 in Koblenz**

Action, Abenteuer und Vielfalt im Gerät- und Kinderturnen. Perfekt zugeschnitten auf Übungsleiter*innen und Trainer*innen, die Gerätevielfalt beherrschen und junge Talente begeistern wollen. 16 spannende Arbeitskreise erwarten dich. Sichere dir praxisnahe Routinen für diverse Bereiche im Gerätturnen sowie kreative Kinderturn-Impulsprogramme. Du bekommst inspirierende Anleitungen, abwechslungsreiche Übungsfolgen und sofort umsetzbare Trainingspläne – für mehr Action, mehr Abenteuer und mehr Erfolg im Verein.

Infos & Anmeldung:



**Convention Pilates & Yoga
am 20.11.2027 in Koblenz**

Unser Highlight für alle, die Körper und Geist in Einklang bringen möchten!
Du möchtest entspannen, Kraft aufbauen und deine Flexibilität verbessern? Dann ist unsere Convention genau das Richtige für dich!
Bei dieser Veranstaltung erwarten dich vielfältige Workshops zu den Themen Yoga und Pilates – für Anfänger, Fortgeschrittene und alle, die einfach Spaß an Bewegung haben. Egal, ob du neu in der Welt des Yoga und Pilates bist oder bereits Erfahrung hast, jeder ist herzlich willkommen!
Lass dich von erfahrenen Referent*innen inspirieren, entdecke neue Übungen und finde deine persönliche Balance. Mach mit, tanke Energie und finde Ruhe inmitten des Alltags.

Infos & Anmeldung:



istock.com / FatCamera



Angebote 2027

**Qualifizieren,
ausbilden,
weiterbilden
& wieder einsteigen!**

Wir freuen uns auf dich!
www.tvmm.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. Du erhältst während der Ausbildung ein großes Grundlagenwissen an Spielen mit unterschiedlichen Zielsetzungen und lernst, wie du Kinder spielerisch an turnerische Basiselemente (z. B. Roll- und Stützbewegungen) und weitere Turnsportarten heranzuführen kannst. Ebenso werden unterschiedliche Lehr- und Lernformen wie Bewegungslandschaften, Bewegungsgeschichten und Stationsbetriebe ausführlich vorgestellt. Am Ende der Ausbildung kannst du 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.	27100
Daten:	Blended Learning über Moodle im Vorfeld + Präsenz 28.02.2027 Basis-Modul 19.-24.03.2027 Aufbau-Modul 23.-25.04.2027 Lernerfolgskontrolle
Zeit:	Fr. ca. 16:00 - 20:00 Uhr (digital), weitere Tage jeweils ca. 08:30 - 18:30 Uhr
Ort:	Koblenz *
Gebühren:	215,00 EUR 365,00 EUR für Teilnehmende aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Meldeschluss:	29.01.2027
Anmeldung:	www.tvmm.org

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. Du lernst, ein qualifiziertes, gesundheitsorientiertes Fitnesstraining im Verein eigenverantwortlich und selbstständig 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. Du wirst darin ausgebildet, qualifizierte Angebote für gesundheitsbewusste Menschen entwickeln zu können.

Lehrgang Nr.	27101
Daten:	Blended Learning über Moodle im Vorfeld + Präsenz 28.02.2027 Basis-Modul 19.-24.03.2027 Aufbau-Modul 23.-25.04.2027 Lernerfolgskontrolle
Zeit:	Fr. ca. 16:00 - 20:00 Uhr (digital), weitere Tage jeweils ca. 08:30 - 18:30 Uhr
Ort:	Koblenz *
Gebühren:	215,00 EUR 365,00 EUR für Teilnehmende aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Meldeschluss:	29.01.2027
Anmeldung:	www.tvmm.org

Ausbildungen 1. Lizenzstufe

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



Die Tätigkeit der Trainer*in-C umfasst die Hinführung zum wettkampf- 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.	27102
Daten:	Blended Learning über Moodle im Vorfeld + Präsenz 06.06.2027 Basis-Modul 25.-30.06.2027 Aufbau-Modul 20.-22.08.2027 Lernerfolgskontrolle
Zeit:	Fr. ca. 16:00 - 20:00 Uhr (digital), weitere Tage jeweils ca. 08:30 - 18:30 Uhr
Ort:	Koblenz *
Gebühren:	215,00 EUR 365,00 EUR für Teilnehmende aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Meldeschluss:	07.05.2027
Anmeldung:	www.tvmm.org

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, dich für den Einsatz im Turnverein in den Bereichen Gerätturnen, Fitness und Spiele zu qualifizieren. Du lernst, ein vielseitiges, qualifiziertes Training im Verein eigenverantwortlich und selbstständig 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

Du wirst befähigt, flexibel einen Teil der Bandbreite des Turnens zielgruppen- und altersübergreifend abzudecken und bist somit vielseitig einsetzbar.

Lehrgang Nr.	27103
Daten:	Blended Learning über Moodle im Vorfeld + Präsenz 12.09.2027 Basis-Modul 01.-06.10.2027 Aufbau-Modul 05.-07.11.2027 Lernerfolgskontrolle
Zeit:	Fr. ca. 16:00 - 20:00 Uhr (digital), weitere Tage jeweils ca. 08:30 - 18:30 Uhr
Ort:	Koblenz *
Gebühren:	215,00 EUR 365,00 EUR für Teilnehmer*innen aus Vereinen außerhalb von Rheinland-Pfalz
Meldeschluss:	13.08.2027
Anmeldung:	www.tvmm.org

TVM-Moodle-Workplace

Gute Nachrichten für Fans des **E-Learnings**! Bei unseren Ausbildungen kannst du Teile des **Basis-Moduls** auf dem **TVM-Moodle-Workplace** absolvieren.

Im Rahmen unserer Ausbildungen zum/zur Übungsleiter*in/Trainer*in schaffen wir hiermit die Möglichkeit, alle sportartübergreifenden und überwiegend theoretischen Inhalte im Rahmen des Blended Learnings abbilden zu können.

Der große Vorteil für dich liegt in einem **zeitlich unabhängigen Lernen**.

Kick-off-Veranstaltungen sind den jeweiligen Ausbildungen vorgeschaltet, um die Abläufe zu erläutern. Nähere Infos folgen frühzeitig vor Ausbildungsbeginn.

Das sind wir:

Turnverband Mittelrhein e.V. • Rheinau 10 • 56075 Koblenz
Telefon: 0261 949084-0
E-Mail: geschaeftsstelle@tvm.org • Internet: www.tvmm.org

Bei uns findest du:

Lehrgangsmaßnahmen 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 Sporterwachsenenbildung, sind intensiv geschult und verfügen über abwechslungsreiche Lehrmethoden.

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

Günstige Preise / Rabatt für Inhaber*innen GYM CARD, DTB-ID
Unsere Preise sind kundenorientiert günstig kalkuliert. Wir gewähren Frühbucher-Rabatte und für GYM CARD-/DTB-ID-Inhaber*innen weitere Sonderkonditionen.

Informationen rund um die Bildungsmaßnahmen erhältst du bei:



Sarah Lewandowski
Tel.: 0261 949084-153
E-Mail: sarah.lewandowski@tvm.org



Andrea Kuhl
Tel.: 0261 949084-158
E-Mail: andrea.kuhl@tvm.org



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

Pexels © Karolina Grabowska