

**btv-online-shop
freigeschaltet**

Höher, weiter, schöner
Flying Superkids in Regensburg

Kräfte bündeln
im Netzwerk für Kinder

Ganzheitliches Rückentraining



Dr. Alfons Hölzl

Liebe Turnfreunde,

es ist uns gelungen, die Zusammenarbeit mit unserem langjährigen Partner Erhard Sport weiter zu intensivieren. Bisher haben wir Erhard Sportgeräte – made in Germany - aus Überzeugung weiterempfohlen. Ab dem 1.3.09 bieten wir nun fast die gesamte Produktpalette mit über 10 000 Artikel in unserem neuen Shop – www.btv-online-shop.de - zum Kauf an.

Wie bisher auch bekommt jedes Mitglied eines Vereins (Vereinskunde) 10% Rabatt. Neu ist jedoch ein spezielles Prämiensystem, das den Einkauf im Btv-Shop noch attraktiver macht.

Das Prämienprogramm ist flexibel gestaltet und wird laufend ergänzt, so dass wir ständig mit aktuellen Angeboten aufwarten können. Starten werden wir exklusiv mit Produkten der Marke Nike.

Das Btv-Shop-Angebot wird ständig weiterentwickelt werden. Im Bereich Sportgeräte, Wellness, Aquafit kooperieren wir mit Erhard Sport. Darüber hinaus werden wir mit bestehenden Onlineshops zusammenarbeiten.

Slackline-Interessenten bedient der BTV inzwischen mit einem eigenständigen Online-Shop, für die Sparte Hallenklettern übernehmen wir den Partner von Erhard Sport. Zum Thema Teambekleidung stecken wir mitten in Verhandlungen und werden, wahrscheinlich kurz nach Erscheinen dieser Ausgabe, eine Zusammenarbeit unterzeichnen.

Und so funktioniert das Prämiensystem:

Der Vereinskunde bekommt beim Einkauf im Btv-Shop pro 20 Euro Umsatz einen Bonuspunkt, der im Prämienshop einen Gegenwert von 1 Euro hat.

Bonuspunkte behalten max. 12 Monate ihre Gültigkeit, können beliebig gesammelt und im BTV-Prämienshop eingetauscht werden.

Ebenfalls ab dem 1.3. ist unser Slackline-Shop - (www.slackonline.de) – freigeschaltet. Vereinsmitglieder erhalten hier ebenso 10% Rabatt, aber keine zusätzlichen Prämienpunkte.

Wir würden uns freuen, wenn wir viele von Euch davon überzeugen können, sich bei uns im Shop umzusehen – von Wellness bis zu Sportgroßgeräten können wir ein umfassendes Programm anbieten.

Dr. Alfons Hölzl
BTV-Präsident

Michael Ritter
BTV-Geschäftsführer



Vertragsunterzeichnung zwischen *Erhard Sport* Geschäftsleiter Eberhart Jürgen und BTV-Geschäftsführer Michael Ritter (li.)

Ein starker Rücken kann entzücken

NEU beim BTV: „Ganzheitliches Rückentraining“



Bodystyling, BBP, Rückenfitness und Wirbelsäulengymnastik: die Kurse boomen; viele Teilnehmer möchte etwas Gutes für die Figur und die Gesundheit tun - und dabei auch noch Freude haben.

Yoga, Pilates, Autogenes Training: auch diese Kurse sind sehr beliebt; auf der Suche nach Entspannung und der eigenen Mitte bieten sie eine angenehme Ruhepause im Alltag.

Ganzheitliches Rückentraining verbindet diese beiden Zielsetzungen: die ganzheitlichen Übungen mit Schwerpunkt Wirbelsäulenstabilität und Rumpfkraftigung beziehen die mentale Komponente mit ein. Die ausgewählten Übungen sind anspruchsvoll, fordernd und auch entspannend: die Muskulatur wird gekräftigt, die Wirbelsäule in ihrer natürlichen Haltung un-

terstützt und der Körper in angenehmer Weise bewegt. Das große Plus: Bei der Aktivität wird der Kopf auf angenehme Weise frei, und die Entspannung hält Einzug.

Die Übungen hat die Kursleiterin Jana Detzel nach neusten schulmedizinischen und alternativmedizinischen Kenntnissen zusammengestellt. Sie beinhalten Elemente aus der Wirbelsäulengymnastik, dem Bodystyling, aus Pilates, der traditionellen Chinesischen Medizin und dem Yoga. Neuste Trainingsgeräte wie z.B. der TOGU Jumper® kommen zum Einsatz. Einfache Rückenmassagetechniken bilden einen entspannten Abschluss. Die Freude und Leichtigkeit bei den Übungen steht im besonderen Fokus für Jana, damit die Motivation bleibt und in den Alltag transportiert werden kann.



Jana Detzel ist seit 1994 in der Fitness- und Gesundheitsbranche tätig und arbeitet als lizenzierte Fitness-Trainerin, Yoga und Wirbelsäulen-Instruktorin, Referentin und Ausbilderin. Für den BTV ist sie seit 2008 im Einsatz und hat die neue Ausbildung „Ganzheitliches Rückentraining“ ins Leben gerufen. Aufgrund der großen Nachfrage wird Jana zukünftig zu diesem Thema auch eine Lizenzausbildung anbieten. Die Termine und Inhalte werden im Internet ausgeschrieben.

Privat engagiert sich Jana Detzel ehrenamtlich für die Stiftung „Wings for Life“, eine gemeinnützige Forschungsstiftung mit dem Ziel, den wissenschaftlichen Fortschritt und die medizinische Forschung zur Heilung von Querschnittslähmung als Folge einer Rückenmarksverletzung zu fördern und zu beschleunigen.

Querschnittslähmung heilbar machen - www.wingsforlife.com



Im Seitstütz wird der ganze Körper richtig gefordert



Bauchmuskeltraining einmal anders. Auf dem TOGU Jumper® erhält der Sit-up eine ganz neue Qualität



Der 4-Füßlerstand sorgt immer wieder für neue Herausforderungen: Hier mit gehobenen Knien und einarmig



Power Ausfallschritte auf TOGU Jumper®



Kräfte bündeln

„Netzwerk für Kinder“ will gemeinsame Interessen vertreten



60 Experten informierten sich im Münchener Rathaus über die Netzwerkidee



Alle sollen sich zum Wohl der Kinder einbringen ...



...und so eine stabile Basis für gemeinsame Aufgaben bilden

Rund 60 Vertreter öffentlicher Einrichtungen, Kindergärten, Sport, Musik, Wirtschaft und Wissenschaft sowie Elternvertreter nahmen am 11.02.09 an der Informationsveranstaltung „Netzwerk für Kinder“ im Münchner Rathaus teil.

Stadträtin Christiane Hacker begrüßte als Vertretung des Haus- und Schirmherrn Christian Ude die Initiative des Bayerischen Turnverbandes und des Kindergartens St. Martin München-Moosach, die Kräfte zu bündeln und gemeinsam für Kinder aufzutreten.

BTV-Präsident Dr. Alfons Hölzl und Msgr. Martin Cambensy, Sportpfarrer des BLSV und Pfarrer in St. Martin München, riefen dazu auf, die Chance zu nutzen und aufeinander zuzugehen, um das vorhandene Know-How gemeinsam für eine gesunde, ganzheitliche Entwicklung von Kindern zu nutzen. Exemplarisch wurden Projekte rund um das Thema "Bewegung im Kindergarten" vorgestellt.

Über die Fitness von Münchens Erzieherinnen und Erziehern berichtete Dr. Thorsten Schulz (TU München - Lehrstuhl für Sport und Gesundheitsförderung). Ein enger Zusammenhang des Nutzens von täglicher Bewegung für eine höhere Entspannungsfähigkeit der Erzieher konnte dabei nachgewiesen werden. Eine fitte, entspannte Erzieherin hat es im Alltag mit Kindern leichter und kann als Vorbild Kindern Spaß an der Bewegung vermitteln.

Wie eine Indoor-Schulung von Erzieherinnen diesbezüglich funktionieren kann, zeigt das Dreifußmodell des Kindergartens St. Martin, das sinnvolles Spielen zum Ziel hat und hier mit Hilfe von Bewegung und Musik unterstützt wird.

Über den Aufbau von bewegungsfreundlichen Kindertagesstätten durch ein entsprechendes Bewegungsraumkonzept in München referierte Dipl.-Sportlehrer Jürgen Triftshäuser (Sportamt München). In 10 Münchner Kindertagesstätten wird das Konzept bereits erfolgreich umgesetzt. In diesen Tagesstätten gelingt neben der Bewegungsförderung zunehmend auch die Integration von Kindern mit Migrationshintergrund – insbesondere auch durch die Bewegungsangebote.

Was erfolgreiche Netzwerkarbeit ausmacht, brachte Susanne Brand, Referentin bei der Plattform für Bewegung und Ernährung (peb), auf den Punkt. Sie berichtete über bundesweit vielversprechende, regionale Netzwerkiniciativen, die wiederum über "peb" miteinander vernetzt sind.

Dies ist auch das Ziel der Initiatoren der Veranstaltung im Münchner Rathaus. Co-Moderator Professor Peter Kapustin lud alle ein, sich aktiv am Aufbau des „Netzwerks für Kinder“ in München und – bayernweit zu beteiligen.

Weitere Informationen: Telefon 089/15702-321 oder E-Mail: info@fittetkinder.net.

Martin Gierz

Infos zum Turnfest

Turnfest-Messe – das Herzstück des Turnfestes 2009

Turnfest-Messe hält auch beim Turnfest 2009 in Frankfurt am Main für jeden etwas Neues, Interessantes und Spannendes bereit. Turnfestteilnehmer und Besucher können sowohl selbst aktiv werden oder sich einfach nur von den vielfältigen Informationen und Wissenswerten beeindrucken lassen. Über die neuesten Entwicklungen und Trends auf dem Turn- und Sportmarkt können sich alle Messebesucher bei den Turnfest-Partnern und Ausstellern informieren, als auch die Produkte ausprobieren und natürlich kaufen.

Lernen – Bilden – Handeln

Innovation und Tradition, Qualität und Quantität, Information und Entertainment – auch 2009 wird es der Turnfest-Akademie im Rahmen des Turnfestes in Frankfurt wieder gelingen, zwischen diesen Zielsetzungen „Brücken zu schlagen“! Die Turnfest-Akademie ist das Highlight der Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen des Deutschen Turner-Bundes in 2009 und Europas größter Sport- und Praxiskongress mit über 600 Workshops und Seminaren in der Messehalle 5.1, im Congress Center, Forum sowie auf der Agora.

Treffen – Informieren – Erleben

Die Messehalle 6.2 ist zentrale Anlaufstelle und Treffpunkt für die Älteren. Die Halle der Generationen wird zum Auftakt des Wochenangebots mit einem bunten, unterhaltsamen Programm, unter dem Motto „Mehr Zeit zum Leben“, eröffnet. Die Halle 3.0 ist am 3. Juni 2009 Veranstaltungsort einer ereignisreichen und unvergesslichen Nacht – die Oldie-Night. Bei Swing und Pop der 50er- bis 70er Jahre wird die Nacht zum Tag.

Vorfürhungen – Spiegelbild der Vielfalt

Als Spiegelbild der Vielfalt und des Ideenreichtums, in den Vereinen, Schulen und Universitäten sind die Vorfürhungen ein unverzichtbarer Baustein des Turnfestes. Die Messehallen 1.2 und 3.0 bieten Raum für die Vorfürhungen mit und ohne Bewertung, denen keine Grenzen beim Einfallsreichtum und der Kreativität der Teilnehmer gesetzt sind. Internationale Gruppen werden das Turnfest-Publikum ebenfalls in der Halle 1.2 begeistern. Alle interessierten Gruppen sind in die Choreografie-Werkstatt (Messehalle 6.2) eingeladen, wo Experten fachkompetente Beratung geben.

Kinderturnen – Tuju

Für die jüngeren Turnfestbesucher bietet die Deutsche Turnerjugend (DTJ) viel Abwechslung: Im Kinderturn-Land in der Halle 6.1 gibt es neben Informationen rund ums Kinderturnen, vieles zu entdecken und auszuprobieren. Der Tuju-Club präsentiert sich auf dem Messegelände in der Halle 6.0. Geboten werden Fun und Aktion bei bekannten Sportarten, neue Trends, Infos und Mitmachaktionen der DTJ und ihrer Landesturn(er)jugenden sowie Vorfürhungen und spannende Diskussionen bei Tuju on Stage.

Pokalturniere – Wahlwettkämpfe – Olympisches

Wettkämpfe sind für alle Altersklassen, von dem elf- bis zu den über 80-Jährigen, ebenso vorgesehen wie für das unterschiedliche Leistungsvermögen jedes Einzelnen. In der Messehalle 3.1 werden u.a. die neuen Deutschen Meister im Trampolin, Rhönradturnen, Rope Skipping und Turnerjugend-Gruppen-Meisterschaft (TGM) ermittelt.

Mitmachen – Weltreise – Infostände

Jenseits des Wettkampfangebotes kann sich jeder auf der Messe den drei Mitmachangeboten stellen: Struwel-Test, Handstand-TÜV und TOPFit-Test. In der Halle 1.1 präsentiert sich der FrauenInfoPoint (FIP) mit einem bunten Programm.



Die Festhalle in Frankfurt ist Schauplatz mehrerer Veranstaltungen auf dem Internationalen Deutschen Turnfest 2009.

Entsprechend der Internationalität wird sich der FIP mit (Frauen-) Themen aus den fünf Erdteilen – in bewährter Mischung aus Information, Show und Spaß – auseinandersetzen. In der Info-Markthalle (Halle 1.1) finden die Besucher Ansprechpartner der Landesturnverbände und des Deutschen Turner-Bundes wieder.

Freigelände Agora

Auf dem Freigelände „Agora“ der Messe wird turnerische Vielfalt in allen Bereichen geboten. Ein besonderes Highlight sind dabei die Spinning-Nights!

OK-Turnfest / ÖA

*Seid begrüßt! ihr deutschen Turner
Und ihr lieben, werten Gäste!
froh bewegt und freud-gen Stolzes
Rüstet München sich zum Feste!*

*Euch und uns' rem Reich zur Ehre
Soll ein Turnerheim entstehen!
Heller Jubel soll erschallen,
Eure Banner sollen wehen!*

*Euer Streben, Euer Können
Soll sich höchsten Preis erringen!
Und was Euer Herz bewegt,
Tausendfach soll's wiederklingen!*

*Sammelt Euch! Ihr seid erwartet!
München bietet Euch sein Bestes.
Helfet alle zum Gelingen
Eures schönsten Ehrenfestes!*

Festruf zum 7. Deutschen Turnfest im Jahre 1889.

Spezielles Angebot Deutsche Bahn



Grundsätzlicher Service

Lassen Sie sich von einem persönlichen Kundenberater (Regional vor Ort) ein individuelles Angebot für Ihre Gruppenfahrt erstellen. Er übernimmt auch die komplette Abwicklung.

1. Spezialpaket für Deutsches Turnfest

- An- und Abreise zu Ihrem Zielort bei rechtzeitiger Buchung und verfügbaren Kontingenten bis zu 50 % Rabatt.
- Gültig in fast allen Zügen z.B. auch im IC und ICE
- Wenn gewünscht, Hilfe bei der Unterkunftsfindung und Buchung von Aktivitäten am Zielort
- Falls benötigt, eine Reiseversicherung, damit Sie und Ihre Gruppe sorgenfrei reisen können.
- **Wichtig:** Diese Angebot gilt **nicht** für Bahncard-Inhaber !!!

2. Großkundenrabatt

Alle BLSV-Mitglieder (Haupt- und Ehrenamt) bekommen für Dienstreisen auf alle Bahn-Angebote 3% Großkundenrabatt.

3. Bayern-Ticket am Block

- Sie erhalten für Ihren Verein Abreißblöcke mit 25 Blanko-Bayern-Tickets
- Jedes Ticket gilt für bis zu fünf Personen an einem Tag im öffentlichen Nahverkehr in Bayern. Montags bis Freitags ab 9 Uhr und am

Wochenende ganztägig

- Sie bestellen bei uns ein, zwei oder mehr Blöcke und nutzen jeweils so viele Tickets, wie Sie benötigen – spontan und flexibel
- Sie zahlen im Nachhinein an zwei festgelegten Terminen im Jahr bequem per Lastschrift oder Rechnung
- Sie brauchen nicht in Vorkasse zu treten oder irgendein Risiko tragen– alle nicht genutzten Tickets nehmen wir zurück

Ihre Vorteile auf einen Blick

- Sie können sich spontan zu einem Ausflug entscheiden, denn Sie haben das Ticket vor Ort
- Sie benötigen keinen Automaten oder eine Verkaufsstelle. Kein Suchen nach passendem Kleingeld, keine Überlegung, wer das Ticket besorgt
- Falls Teilnehmer ausfallen, bleiben Sie nicht auf zuviel gekauften Tickets sitzen. Tickets, die Sie nicht verbrauchen, geben Sie zurück
- Die Kosten betragen 28,00 € für 5 Personen = 5,60 €/Person den ganzen Tag in allen öffentlichen Nahverkehrsmitteln. Ticket nehmen, Namen und Datum eintragen – fertig.
- Sie benötigen nur das Bayern-Ticket – egal welche öffentlichen Nahverkehrsmitteln Sie nutzen möchten; Bus, Bahn, S-Bahn, U-Bahn oder Tram

Großes



Gewinnspiel

auf dem Deutschen Turnfest 2009 in Frankfurt

An jedem Turnfesttag verlost der Bayerischer Turnverband in Zusammenarbeit mit seinen Sponsoren jede Menge Sachpreise. Unsere Ziehungen sind täglich um 11⁰⁰, 14⁰⁰ und 16⁰⁰ Uhr. Die Gewinner werden vor Ort bekannt gegeben und können ihren Preis persönlich am BTV-Stand bis 18⁰⁰ Uhr abholen. Auf nicht abgeholte Gewinne besteht kein Anspruch.

Gewinnfrage: In welcher Stadt fand das Deutsche Turnfest 1889 statt?

- a) Regensburg
- b) Passau
- c) München

Richtige Antwort ankreuzen, Abschnitt ausfüllen, ausschneiden oder im Internet downloaden unter www.turnverband-bayern.de/turnfest-gewinnspiel und während des Turnfestes am Stand des Bayerischen Turnverbandes auf dem Messegelände in Halle 1.1 abgeben.

Name: _____
Vorname: _____
Straße/HsNr: _____
PLZ/Ort: _____
Telefon: _____ e-Mail: _____
Verein: _____





Höher, weiter, schöner

Flying Superkids begeistern in Regensburg

Von **Monika Vähbrückner**

Worte alleine reichen nicht, um ihre Show zu beschreiben: Ein Feuerwerk von Salti und Überschlügen, eine mitreißende Mischung aus jugendlicher Begeisterung und perfekter Darbietung, ein unvergleichliches Potpourri aus Akrobatik, Tanz und Gesang – einfach SUPER, die Flying Superkids aus Dänemark.

BTV-Präsident Dr. Alfons Hölzl, selbst lizenzierter A-Trainer im Gerätturnen, klatschte den jungen Sportlern aus Aarhus ebenso begeistert Beifall wie die ca. 800 Zuschauer, die der Einladung von Fortuna Regensburg gefolgt waren. Dr. Hölzl hatte die Superkids nach Regensburg geholt. Inge Schnitt hatte mit ihrem Team von Fortuna Regensburg bereits im Vorfeld Höchstleistungen vollbracht und den geeigneten Rahmen für die weltweit bekannte Showtruppe aus Aarhus geschaffen.

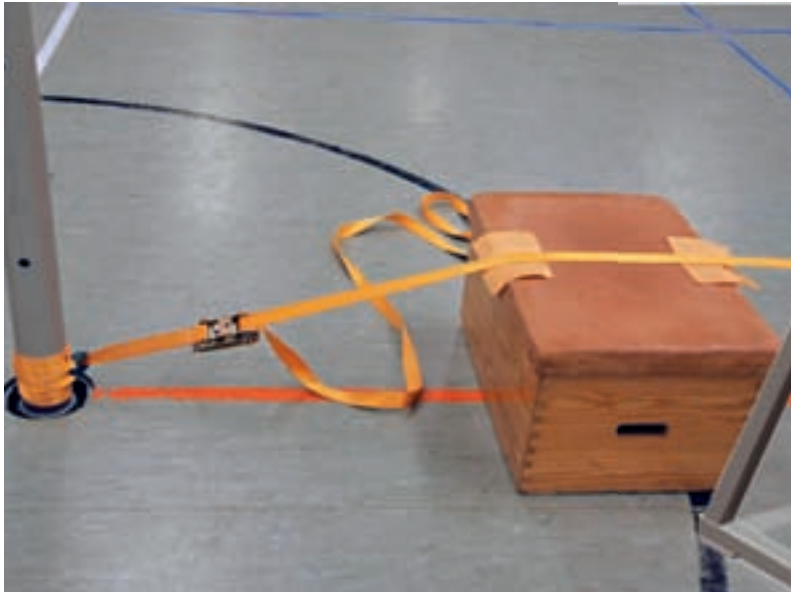
Was ist das Geheimnis der Superkids aus Dänemark? Wer oder was steckt hinter dem Erfolg? Könnte das nicht auch bei uns funktionieren?

Vielleicht, aber dann braucht es – wie so oft – einen "Vater" für die Erfolgsgeschichte. Im Fall Flying Superkids heißt der Uwe Godbersen. Zunächst als Vereinstrainer in Dänemark tätig, merkte er bald, dass Kinder und Jugendliche auch ohne Wettkampf Spaß am Training haben. Beseelt von seiner bis dahin neuen

Idee, gründete er 1967 die Gruppe "Flying Aarhus Gymnaster" und nutzte mit seinen Schützlingen fortan die Showbühne als Plattform zur Präsentation der Trainingsergebnisse. Sein Sohn Lars, selbst einst Superkid, hat vor 2 Jahren die Leitung der Flying Superkids übernommen und führt die Erfolgsgeschichte seines Vaters weiter. Ihm zur Seite stehen die Mutter Lore, sein Bruder Svent, der selbst noch mitturnt, und ein Team von Trainern und Technikern, die tägliches Training und weltweite Showauftritte gewährleisten.

Wie sehr den Superkids das Turnen in dieser Form gefällt, wird einem klar, wenn man die Truppe einige Tage begleitet. Bei den Proben herrschen Disziplin und Konzentration vor, in der Freizeit ist die Stimmung immer ausgelassen und fröhlich. Fühlen sich die Superkids unbeobachtet, sind sie ganz normale Kinder und Jugendliche – mal frech und flippig, mal bescheiden und zurückhaltend. Aber stets sind sie „am Turnen“: die Parkbank wird für einen Handstand genutzt, der Weg zur Unterkunft wird mit einem „Tänzchen“ aufgelockert – die Idee von Uwe Godbersen hat auch die Herzen der Superkids beseelt.

Und auf alle, die sie sehen, springt der Funke über. Auch die vielen jungen Zuschauer in Regensburg ließen sich am Ende nicht mehr halten und übten noch lange nach dem Schlussapplaus Handstände und Räder.



Slackline in der Turnhalle

Inzwischen hat nicht nur bei Schulen die Nachfrage nach Spannvorrichtungen für Slacklines in Sporthallen stetig zugenommen.

Dabei sind sich Experten einig, dass der Aufbau einer Slackline von den Herstellern der Hallensportgeräte (Pfosten) empfohlen werden sollte.

Zur nächsten DIN- Sitzung Anf. Mai werden diese Ergebnisse z.B. auch von Erhard Sport vorgelegt.

Zur Umlenkung der Slackline gibt es 2 Möglichkeiten:

1. Umlenkung über einen Kasten (Bild o., siehe auch Ausgabe BT 12/08)

Vorteil: Der Kasten ist in der Basisausstattung einer Halle vorhanden.

Nachteil: Die Polsterung (Oberflächenleder und Schaum) des Kastens kann trotz der Verwendung von Baumschornern, Teppichen o.ä. beschädigt werden.

2. Umlenkung über ein Gestell (A-Frame)

Das Gestell (Holz oder Stahl) kann in der Halle und im Freien verwendet werden.

a) Halle

Die Slackline wird entweder in einer Bodenverankerung oder in Bodenhöhe (maximal 30cm hoch) an einem Pfosten fixiert; dann in der gewünschten Höhe in 4 Stufen von 30 bis 90 cm umgelenkt. Die Entfernung zwischen Pfosten und A-Frame sollte entsprechend der Vorgabe so gewählt werden, dass auch ein ungesicherter Pfosten nicht herausgezogen werden kann.

b) Im Freien

Häufig befindet sich vor einer Halle ein Ankerpunkt (z.B. Baum), aber der Abstand zum zweiten Fixpunkt entspricht nicht der eigenen Vorstellung. Mit einer Verankerung in Bodennähe kann man über einen A-Frame umlenken. Ist keine Verankerung vorhanden, kann man z.B. in einer Wiese einen Erdnagel einschlagen.

Die Amerikaner legen übrigens häufig eine Schlinge um einen Balken, legen diesen unter eine Fahrzeugachse und lenken dann über ein A-Frame.

ul



Von der Konstruktion zur Serienreife. Bei der Fa. Erhard hat `made in Germany` auch den Vorteil, dass neue Erkenntnisse sehr schnell in der Serie umgesetzt werden können

Nicht ins Straucheln kommen

Beeindruckender Start des Kooperationsprojektes der Land- und forstwirtschaftlichen Sozialversicherung (LSV) mit dem BTV

Von **Christine Gernboeck**

Am 7. Februar eröffnete Alois Brandlmeier, Direktor der Land- und forstwirtschaftlichen Sozialversicherung (LSV) Niederbayern/Oberpfalz und Schwaben, mit einem Bleib-fit-Tag im imposanten Gebäude der LSV in Landshut das Kooperationsprojekt "Standfest und fit durchs Leben", ein auf mehrere Jahre angelegtes Gesundheitsprojekt, in dem das Referat Freizeit- und Gesundheitssport des BTV eine führende Rolle übernehmen wird.

In Niederbayern wird dieses Projekt in Kooperation zwischen dem BTV mit seinem Turnbezirk Niederbayern und dem Turngau Landshut gemeinsam mit der LSV und dem Bayerischen Bauernverband (BBV) durchgeführt.

Die Idee, Ortsbäuerinnen für den Bereich Gesundheit im ländlichen Raum zu sensibilisieren, stammt von Gertraud Goderbauer und fand bereits 2003/2004 mit 1800 Teilnehmern großen Anklang. Ortsbäuerinnen stellen ideale Multiplikatoren im ländlichen Raum dar, sie wirken bis in die kleinsten Ortschaften hinein und bringen das Angebot "Gesundheit" zum Kunden, hier v.a. zu den Landfrauen.

Nach der Begrüßung der zahlreichen Vertreter der Kooperationspartner und ca. 80 Ortsbäuerinnen stellte Alois Brandlmeier die Themen des 1. Bleib-fit-Tages vor. Stürze im ländlichen Bereich sind ein immer stärker in den Vordergrund drängendes Thema, es wurde unter dem BTV-Motto "Standfest und fit durchs Leben" von Dr. Marlene Groitl (Vizepräsidentin des BTV) in Theorie und Praxis referiert.

Brandlmeier betonte, dass für ihn die geplante Zusammenarbeit zwischen LSV und BTV ein einmaliges Vorzeigeprojekt sei. Es würden hier Synergien genutzt und eine breite Bevölkerungsschicht angesprochen. Ein weiteres Ergebnis der LSV-Umfrage 55plus, der Wunsch nach Entspannung, wurde

durch LSV-Referentin Renate Weißinger vermittelt. Für das richtige Stressmanagement (z.B. das Führen von Konfliktgesprächen oder Erkennen von Stressfaktoren konnte der Landshuter Neurologe Dr. Gerhard Pfeffer gewonnen werden. Er stellte ganz klar heraus, dass Frauen in der Landwirtschaft psychisch stärker belastet sind als Männer. Auch Alois Brandlmeier erwähnte in seiner Einführungsrede, dass Männer stressigen Situationen leichter entfliehen könnten: Sie setzen sich auf den Schlepper und entkommen so ihren Stresssituationen. Frauen sind auch durch das Leben mehrerer Generationen auf dem Hof ganz besonders belastet.

Die LSV hat es sich zur Aufgabe gemacht, durch spezielle Angebote zur Gesundheitsförderung die physischen und psychischen Belastungen auf den Höfen erträglicher zu machen. Mangelnde bzw. falsche Bewegung ist der Risikofaktor Nummer eins - auch in der ländlichen Gesellschaft. Der Glaube: "man ist ja eh immer auf den Beinen" ist für eine gezielte Gesundheitsförderung kein Argument. Es ist erwiesen, dass z.B. 30 Minuten flottes Spazierengehen täglich das Risiko für Herz-Kreislaufkrankheiten erheblich reduziert. Nur, in der Landwirtschaft ist ein Spazierengang eher verpönt. Deshalb versuchte Meinrad Fußeder (Referent Freizeit- u. Gesundheitssport Turn-

bezirk Niederbayern) den Teilnehmern "Nordic Walking" näher zu bringen.

Es war die erste von drei Auftaktveranstaltungen, die das LSV-BTV-Präventionsprojekt im jeweiligen Bezirk bekannt machen sollen. Der nächste Bleib-fit-Tag findet am 7. März in Wertach für den Regierungsbezirk Schwaben statt, der 3. Bleib-fit-Tag ist am 28. März in Neumark für den Regierungsbezirk Oberpfalz.

Im Anschluss an die drei Bleib-fit-Veranstaltungen soll das Thema "Standfest und fit durchs Leben" mit dem Schwerpunkt Sturzprävention ab Herbst 2009 in den Regierungsbezirken Niederbayern, Schwaben und Oberpfalz flächendeckend durch Präventionsübungsleiter des BTV in die Praxis umgesetzt werden. Die Inhalte dieser Kurse sind Teile aus der Primärprävention der gesetzlichen Krankenkassen. Die LKK (Landwirtschaftliche Krankenkasse) wird die "Standfest und fit durchs Leben"-Kurse bezuschussen.

Interessierte P-Übungsleiter werden in speziellen Fortbildungen in das Thema eingewiesen. Die ersten Fortbildungen finden am 8. und 29.3. in Wallersdorf (Meinrad Fußeder, email: fussederm@augzburg.lsv.de) und am 9. und 10. 5. in Erbdorf (Marlene Stopfer-Höhn, email: mstopfer@aol.com) statt.

Interessierten können sich auch an Dr. Marlene Groitl (email:groitl-plank@t-online.de) wenden .



Karl Thielecke zum Gedenken

In der Nacht zum 24. Januar 2009 verstarb in Regensburg Karl Thielecke, dem das Turnen viel zu verdanken hat. Er war aktiv für die Bildungsarbeit als Initiator und Organisator des wegweisenden BTV-Kongresses „Ran an die Geräte“ (Regensburg 1987), als Programmgestalter der ersten Turnfest-Akademie (Deutsches Turnfest München 1998) sowie als Veranstalter der Fortbildungs-Lehrgänge des BLSV-Bezirks Oberpfalz. Er engagierte sich im Turngau, wo er zeitweise Vorsitzender war, und im Jahn-Förderverein (seit 2008 Jahn-Gesellschaft), dessen Vorstandsmitglied er zeitweise war. Vor allem aber schlug sein Herz für seinen Regensburger Heimatverein SWC 1946, in dem er Übungsleiter für Kinder- und Jugendturnen war.

Was wir an ihm schätzten, das war seine Beharrlichkeit, die oft auch Ungeduld wurde, bei allem, was er in Gang setzte, bei allen Initiativen, die er startete. Die Idee z. B., dass im Herbst 2008 unbedingt etwas über den Einzug Jahns in die Walhalla zu schreiben sei (sie erfolgte im Oktober 1928, jährte sich also zum 80. Male), verfolgte er auch noch, als er selbst nicht mehr dazu in der Lage war. Unter den Werten, die ihm unverrückbar waren, ragte sein Streben nach

Qualität und Qualitätssicherung heraus. Er mahnte an, den selbst gesetzten Ansprüchen gerecht zu werden, weshalb er auch Bedenken hatte gegen die Umbenennung des ehem. Jahn-Fördervereins in „Friedrich-Ludwig-Jahn-Gesellschaft“: Anstoß und Anlass für die Verantwortlichen, ihn hierin zu widerlegen. Da er bis zuletzt auch Übungsleiter war, sei erlaubt auf Jahn selbst zurückzugreifen, der sich in der



„Deutschen Turnkunst“ (1816) höchst aktuell und unmissverständlich in einem eigenen Kapitel zu den Qualitäten des Turnlehrers äußert: „Die Turnschüler müssen den Turnlehrer als Mann von gleichmäßiger Bildung und Volkstümlichkeit achten können, der Zeit und Welt kennt.“

Und: „Ein Turnlehrer muss: in seinem Betragen und Benehmen freundschaftlich mit Ernst und herzlich mit Würde sein; von der Wichtigkeit der Sache begeistert sein; als der ältere Freund, Ordner, Ratgeber und Warner unter den Turnern walten.“

Was heute nicht mehr selbstverständlich ist und was wir ihm hoch anrechnen, das ist seine Treue. Er stand unverrückbar zur Sache des Turnens, und er ließ sich darin nicht erschüttern durch Diskussion und Streit um Einzelheiten. Bei Shakespeare heißt es im „Hamlet“: „Sei dir selber treu! Und daraus folgt, so wie die Nacht dem Tag: Du kannst nicht falsch sein gegen irgend wen.“

So war er, und das danken wir ihm. Viele, die ihn kannten und schätzten, darunter auffallend viele junge Menschen, ehemalige Schülerinnen und Schüler des pensionierten Oberstudienrats für Turnen und Englisch, nahmen in der übervollen Regensburger Markuskirche am 30. Januar in einer würdigen Trauerfeier Abschied von ihm.

Dr. Alfons Hölzl
BTV-Präsident

Hansgeorg Kling
Präsident der Friedrich-Ludwig-Jahn-Gesellschaft



Turnen live in Regensburg

4. Juli 2009

BTV 
Bayerischer Turnverband

Bitte Vorankündigung im BayernTurner beachten

Telefon-Hotline: 089 / 157 02 286





FÜR MEHR
RECHTSSICHERHEIT
IM SPORT!



Die neuen "Where-About-Regeln" werden von vielen Leistungssportlern als Eingriff in ihr Persönlichkeitsrecht empfunden

Neues Dopinggesetz für Hochleistungssportler

Gerecht oder Freiheitsberaubung?

Neue "Where-About-Regel" der Welt-Anti-Dopingagentur führt zu hitzigen Diskussionen bei den Betroffenen

Mehr als 60 Hochleistungssportler klagen in Belgien gegen die neue Meldepflicht oder auch 'Where-About-Regel' der Welt-Anti-Dopingagentur (WADA), die seit dem 01. Januar 2009 in Kraft getreten ist. "Diese Meldung haben Sie bestimmt schon gelesen oder gehört. Aber warum klagen diese Sportler eigentlich und was verbirgt sich genau hinter dieser neuen Meldepflicht? Um Licht hinter die Sache zu bringen, hier ein kleiner Auszug aus dem neuen Code der NADA (Nationale-Anti-Dopingagentur):

Ein-Stunden-Regelung: Die weitreichendste Veränderung ist die Einführung der Ein-Stunden-Regelung für Top-Athleten. Die NADA hat gemeinsam mit dem DOSB und dem BMI lange gegen die Einführung dieser Regel gekämpft, sie wurde dennoch in den WADA-Code aufgenommen. Alle nationalen Organisationen sowie die internationalen Verbände sind verpflichtet, sie umzusetzen.

Die Ein-Stunden-Regelung besagt, dass der Athlet bzw. die Athletin für jeden Tag eine Stunde benennt, in der er/sie an einem vorher benannten Ort anzufragen sein muss. Die Stunde muss jeweils gegen Ende eines Quartals (am 25. des entsprechenden Monats) für

die nächsten drei Monate im Voraus benannt werden, kann aber jederzeit verändert bzw. aktualisiert werden. Wird der Athlet bzw. die Athletin in dieser Stunde vom Kontrolleur nicht am benannten Ort angetroffen, bekommt er/sie einen so genannten Strike für ein Kontrollversäumnis.

Die NADA hält den Kreis der Athleten/innen, die von der Ein-Stunden-Regelung betroffen sind, so klein wie möglich. Also so klein, wie es nach den internationalen Regeln möglich ist. Betroffen sein werden hauptsächlich Sportler/innen, die unter Profifbedingungen trainieren, so dass in vielen Fällen die Stunde in eine regelmäßige Trainingszeit gelegt werden kann. Möglich ist auch, sie in die frühen Morgenstunden zu legen, dann muss allerdings gewährleistet sein, dass das Klingeln gehört wird, wenn der Kontrolleur vor der Tür steht.

Abgabe und Pflege der Whereabouts: Weil die ausschließliche Anwendung der Ein-Stunden-Regelung im Anti-Doping-Kampf nicht ausreichen würde, muss auch außerhalb der angegebenen Stunde getestet werden können. Die Athleten/innen sind deshalb verpflichtet, den Kontroll-Organisationen ihre Aufenthaltsdaten mitzuteilen. Und zwar in der Form, dass sie jeweils gegen

Ende eines Quartals (jeweils am 25. März, am 25. Juni, am 25. September und am 25. Dezember) ihre Daten für die nächsten drei Monate angeben müssen (Whereabouts). Den Top-Athleten/innen ist diese Pflicht in ähnlicher Form jeweils zum 30./31. dieser Monate bereits seit Oktober 2007 auferlegt. Bisher stand diese Regelung in Verbindung mit der Verpflichtung, sich ab- oder umzumelden, wenn man mehr als 24 Stunden von seinem gewöhnlichen Aufenthaltsort entfernt ist. Die 24-Stunden-Regelung wird künftig dadurch ersetzt, dass die Pflege der Daten strenger erfolgen muss und in der Quartalsmeldung für jeden Tag die Wohn- bzw. Übernachtungsadresse sowie regelmäßige Aktivitäten (z.B. Schule, Uni, Arbeitsplatz, Training, Wettkampftermine sowie die jeweils dazugehörige Adresse) anzugeben ist. Diese Angaben müssen natürlich jeweils den Gegebenheiten angepasst werden. Wird ein/e Athlet/in nicht angetroffen, wird überprüft, ob der Grund darin liegt, dass die angegebenen Daten nicht stimmen. Wird dieser Fall festgestellt, wird ebenfalls ein Strike notiert.

Strikes: Strikes werden für Kontrollversäumnisse innerhalb der Ein-Stunden-Regel sowie für Meldepflichtver-säum-

Mit dem Roller in die Disco

Wir möchten in diesem Jahr mit praktischen Anregungen aus den Lehrgängen allen Interessenten einen kleinen Abriss der Inhalte geben

Von **Marion Reuter**

Zum ersten Mal war das Fachgebiet Kindergarten, Schule und Verein Gast des TV Trennfurt im Turngau Main / Spessart.

„Mit dem Roller in die Disco“ lautete das vielversprechende Motto eines Workshops der Basisausbildung, dessen Inhalte wir zum Nachahmen in verkürzter Form vorstellen wollen:

Zu Beginn erhalten alle Kinder ein doppeltes Zeitungsblatt, das sie drei Mal falten sollen, damit es etwa fußgroß wird. Da ist er nun, der neue „Roller“, mit dem die Kinder in die Disco fahren wollen. Natürlich sollen sie auf dem Weg dorthin einige Aufgaben erledigen.

Es läuft Kindermusik, die beliebig ausgewählt werden kann. Ihre Aufgaben bekommen die Kinder immer dann, wenn die Musik stoppt. Hier eine kleine Auswahl der frei variierbaren Aufgaben:

· Bei jedem Musikstopp den Fuß wechseln, es fährt einmal der rechte, einmal der linke Fuß mit der Zeitung Roller.

· Jedes Kind begnetet während der Fahrt einem anderen. Wenn sie sich so begegnen, sollen sich mit einer Hand begrüßen und dann weiterfahren.

· Die Kinder begrüßen sich immer mit der rechten Hand, wenn der rechte Fuß auf dem „Roller“ ist, mit der linken Hand, wenn es der linke Fuß ist.

· Bei der nächsten Begegnung begrüßen sich die Kinder, indem sie beide Hände auf die Hände des Partners klatschen. Dazu stehen sie voreinander.

· Sie begrüßen sich und schlagen über Kreuz auf die Hände des Partners.

· Wenn sich die Kinder begenen, halten sie sich an der Hand fest und fahren gemeinsam weiter nebeneinander her.

· Bei der nächsten Begegnung mit einem anderen Kind hängt dieses sich auf dem „Rücksitz“ ein, in dem es sich an den Hüften der Fahrer festhält. Die Kinder fahren mit ihm im Schlepptau zusammen ein Stück weiter.

· Eine weitere Variante: Treffen sich die Kinder beim nächsten Mal, halten sich an den Händen, stellen beide Füße auf ihr Zeitungsblatt und drehen sich wie beim Tanzen im Kreis.

· Erklängt dann eine bestimmte, vorher vereinbarte Musik, sind alle Kinder in der Disco angekommen. Nun stellen sie wieder beide Füße auf ihre Zeitung und twisten bis zur nächsten Hallenwand oder einem anderen ausgemachten Punkt.

· Alle Kinder warten dort, wenn sie ankommen, denn das eigentliche Spiel ist vorbei.

Zum Aufräumen des „Rollers“ (Zeitungspapier) gibt es auch einige Möglichkeiten:

· So wird die Zeitung zum Lichterball, den die Kinder mit den Füßen formen sollen.

· Angeschlossen und zum eigentlichen Lichterball wird er, wenn alle Lichterbälle im „Lichterhaus“ - sprich dem Papierkorb - sind.

· Alle Lichterbälle müssen mit den Füßen in den Papierkorb hineinbefördert werden.

· Die Zeitung kann auch als „Lichter-Konfetti“, also kleingerissen, in den Papierkorb befördert werden.

Wenn alles aufgeräumt ist, sollten ein paar kleine Lichter angehen. Dazu eignen sich gut die kleinen Lampen aus der Martinslaterne.

Wir wünschen allen viel Spaß beim Ausprobieren. Das Spiel kann mit Kindern von 4 bis 10 Jahren ausgeführt werden.

Unsere Teilnehmer hatten bereits im Vorfeld viele Übungen mit Zeitungen und ihren Füßen erleben können - und waren über die Vielfältigkeit der Möglichkeiten erstaunt, die eine ausgeliesene Tageszeitung zu bieten hat.



Eine Zeitung wird mit Füßen in Form gebracht



bedanken, die dazu beigetragen haben, dass der Wettkampf in dieser Form stattfinden konnte. Leider konnten die geplanten Mannschaftsmeisterschaften nicht stattfinden, da nicht genug Kampfrichter für diese Disziplin zur Verfügung standen. Bei der diesjährigen BM legten 14 Prüflinge ihre E1 Prüfung ab. Wir hoffen, dass sich dank dieser neuen Kampfrichter unsere noch sehr junge und aufstrebende Sportart auch in Zukunft in diesem Bereich positiv weiterentwickelt.

Rope Skipping

Bayerische Einzelmeisterschaften 2009

Am ersten Samstag im Februar fanden die 8. Bayerischen Einzelmeisterschaften im Bereich Rope Skipping in Lengdorf statt. Von 21 startenden Springern aus den Vereinen Wacker 50 Neutraubling, TSV Penzberg und dem FC Lengdorf konnten sich 10 Springerinnen für die diesjährige DM am 2.6.09 in Frankfurt qualifizieren. Wir bedanken uns bei unserem ausrichtenden Verein für die kostenlos zur Verfügung gestellte Halle. Anbei möchten wir uns bei allen Helfern und Helferinnen

Amtierende Bayerische Meister:

AK1 (Jahrgang 90 und älter) Maria Oberleitner/ Wacker 50 Neutraubling

AK2 (Jahrgang 92- 94) Veronika Eyerer/ Wacker 50 Neutraubling

AK3 (Jahrgang 95- 97) Kristina- Marie Huber/ FC- Lengdorf

AK4 (Jahrgang 98-2000) Antonia Stangl/ FC- Lengdorf

AK5 (Jahrgang 2001 und jünger) Maria Stangl/ FC- Lengdorf

Weitere Ergebnisse stehen unter:

www.turnverband-bayern.de oder unter

www.turnbezirk-oberbayern.de zum Downloaden zur Verfügung.

Eileen Huber

Blättern – einsehen – entscheiden!



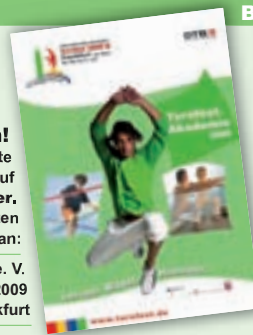
Internationales Deutsches
Turnfest 2009
Frankfurt am Main
30. Mai bis 5. Juni

Programm ansehen!

Einfach **downloaden** Sie finden das komplette Programmheft oder einzelne Bereiche auf www.turnfest.de → **Download-Center**.
Einfach **bestellen** Senden Sie einen frankierten DIN A4-Rückumschlag (1,45 € pro Heft) an:

Verein Deutsche Turnfeste e. V.
Internationales Deutsches Turnfest Frankfurt 2009
Mörfelder Landstraße 362 · 60528 Frankfurt

... und das Programm kommt zu Ihnen nach Hause.

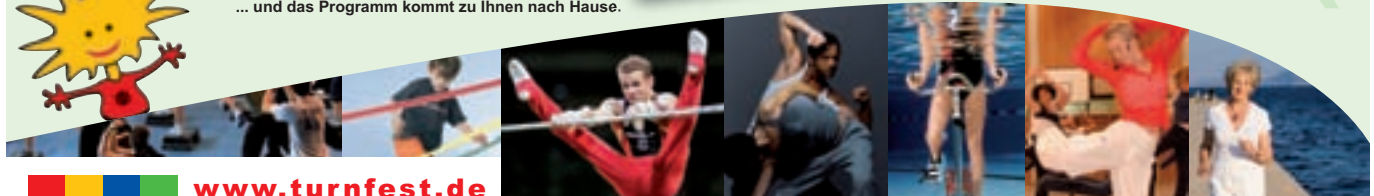
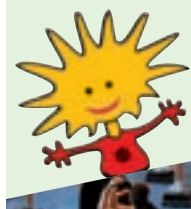


DTB
DEUTSCHER TURNVERBUND

Anmeldung ab sofort möglich!

Einfach **buchen** Die Workshops und Seminare sind sowohl für Turnfest-Teilnehmer als auch für extern Interessierte buchbar.
Einfach **finden** Alle Informationen zum Meldeverfahren finden Sie auf www.turnfest.de → **Akademie** → **Anmeldung**.

Turnfest-Akademie 2009
– das Bildungs-Highlight für jeden!



www.turnfest.de



Flute & Drums begeistern im ausverkauften "abraxas"

Die Inninger Spielleutegruppe wandelt sich nach zehnjahren in ein modernes Spielleuteorchester

Von **Gerhard Schenkirsch**

Zum 10jährigen Jubiläum haben die Musiker von Flute & Drums des TSV Inningen ein ganz besonderes Konzert aufgeführt, das bereits zwei Wochen zuvor restlos ausverkauft war. Das einzigartige Ambiente und die hervorragende Akustik des Theaters im Kulturhaus "abraxas" war schon als Veranstaltungsort ein Novum. Darüber hinaus stand nach den Konzerten der Jahre 2004 und 2006 diesmal der Schwerpunkt Filmmusik auf dem Programm.

„Weil es aber für die Besetzung mit Böhm- und Piccoloflöten, Schlagzeug und verschiedenen Stabspiel- und Percussioninstrumenten kaum Arrangements gibt, war dieses Vorhaben nicht ganz einfach“, so Andreas Leis, musikalischer Leiter und Dirigent. Aus dieser Not heraus hatte er mit viel ehrenamtlichem Engagement die Themen "When You Believe" aus dem "Prinz von Ägypten", das "Feather Theme" aus "Forrest Gump" und "Everybody Needs Somebody To Love" aus "Blues Brothers" selbst arrangiert. Weitere, längere Stücke mit verschiedenen Themen aus dem "König der Löwen" und dem "Fluch der Karibik", wurden in mühevoller Arbeit von den beiden Flötenausbilderinnen Nicole Brendel und Cornelia von Schenckendorff zusammengestellt. „Diese anspruchsvollen Arrangements

sind schon eine große Herausforderung für die Musiker im Alter von acht bis 45 Jahren, aber die Mühe hat sich gelohnt“, so Andreas Leis, der übrigens auch als Moderator des Abends gekonnt und mit viel Hintergrundinformation durch das Programm führte.

Zum Motto Filmmusik passte auch das ABBA-Medley, welches bekannte Stücke, wie "Mamma Mia" aus dem gleichnamigen Musical und Kinofilm umfasst. Auch das Beatles-Medley enthält mit "A Hard Days Night" eine bekannte Filmmelodie. Hier wurde das Instrumentarium um E-Gitarre und E-Bass ergänzt, gespielt von den Flute & Drums Schlagwerkern Stefan Schneider und Michael Schönfelder.

Nachwuchs integriert

Neben den fast 30 aktiven Musikern wurde - wie auch bei den vorhergehenden Konzerten - auch diesmal wieder der Nachwuchs fest in das Konzert mit eingebunden. Bei der bekannten Melodie "No Matter What", welche unter anderem schon von "Boyzone" interpretiert wurde und aus dem weniger bekannten Musical "Whistle Down The Wind" stammt, konnten Franziska Kohlberger, Markus Knoll und Tobias Tokarski ihr, bei Flute & Drums erlerntes Können voll zur Geltung bringen.

Dass man mit Stabspielinstrumenten, wie Marimbaphon, Xylophon, Vibra-

phon und Glockenspiel alleine auch anspruchsvolle Stücke spielen kann, haben die Schlagwerker unter der Leitung von Schlagzeug- und Percussionausbilder Michael Schönfelder mit dem bekannten Stück "Tequila" unter Beweis gestellt. Eine weitere Herausforderung für die Schlagwerker war "Popcorn", das bekannte Synthypop-Stück aus dem Jahr 1969.

Eine Überraschung - selbst für die Musiker - hatte Organisator Thomas Hummel dann gegen Ende des Konzerts noch parat: „Da sich aus der Spielleutegruppe mittlerweile ein ansehnlicher Klangkörper entwickelt hat, werden wir uns künftig als Spielleuteorchester bezeichnen“. Ferner wies er darauf hin, dass neben ihm und Andreas Leis noch sechs weitere Musikerinnen und Musiker aus der Gründungszeit aktiv dabei sind. Für den krönenden Abschluss des Konzerts war - quasi als Liebeserklärung an die Musik - die bekannte Hymne "Music" aus der Feder von John Miles reserviert. Erst nach zwei Zugaben - darunter "Let it be", eine weitere Filmmusik von den Beatles - wurde das Spielleuteorchester vom begeisterten Publikum entlassen.

Weitere, stets aktuelle Informationen zu Flute & Drums findet man im Internet unter: www.fluteanddrums.de.

Aerobic



Beweglichkeit

Landeskader Aerobic

Erstmals wurde im Bayerischen Turnverband ein Landeskadertest Aerobic durchgeführt. Insgesamt stellten sich sieben Mädchen ab 14 Jahren - alle vom TSV Unterföhring - dem dreiköpfigen Prüfersteam, bestehend aus Mandy Skroch, Nina Gerken, Thomas Uttendorfer. Der Grundlagentest, bestehend aus 12 Disziplinen, prüft die Bereiche Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Im zweiten Teil müssen je zwei Übungen aus allen vier Elementgruppen der Wettkampf-Aerobic gezeigt werden.

In beiden Teilen waren erfolgreich: Michaela Bernst, Kathrin Rathgeber, Elisabeth Erhard, Natalie Bergmann, Katharina Düregger; diese fünf Mädchen bilden für die kommende Wettkampfsaison den Landeskader Aerobic.

Auf den Testergebnissen aufbauend, können nun gezielt die vorhandenen Stärken in den nächsten Kür-Übungen herausgearbeitet, sowie an den Defiziten gearbeitet werden.

Der Landeskadertest soll in Zukunft einmal jährlich vor Beginn der Wettkampfsaison durchgeführt werden. Wir hoffen, dass sich beim nächsten Mal weitere Sportlerinnen und Sportler heranwagen.



Sprungkraft

Was ist neu, was ist anders?

Die neue Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic Ausbildung

Seit dem 01.01.2009 bietet der Bayerische Turnverband die neue Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic Lizenz an.

Bisher konnte die Aerobic Lizenz nur auf der 2. Lizenzstufe erlangt werden, d.h. zuerst musste der Fachübungsleiter Turnen (1. Lizenzstufe - Dauer zwei Wochen oder diverse Wochenenden) mit Erfolg bestanden werden. Anschließend ging es dann weiter mit der Fachlizenz zum Übungsleiter Aerobic (1 Woche Blockunterricht sowie 2 Wochenenden). Durch die neue Ausbildungsstruktur ist es möglich, gleich in die Fachrichtung einzusteigen. In der neuen Ausbildung zum Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic (Tr. C. BS Fitness-Aerobic) sind beide Ausbildungen in eine zusammengefasst. Sie setzt sich aus Teil 1 (Basismodul) und Teil 2

(Aufbaumodul, auch fachspezifisches Modul) zusammen.

In Teil 1 werden alle wichtigen Grundlagen des sportlichen Trainings vermittelt - angefangen bei methodischen und didaktischen Grundsätzen bis hin zur Trainingslehre und natürlich der praktischen Umsetzung in Form von Exemplantunden. Das Basismodul umfasst 45 UE/LE und 1 UE/LE Prüfung.

In Teil 2 werden alle fachspezifischen Fähigkeiten, die zum erfolgreichen Unterrichten einer Aerobicstunde benötigt werden, in Theorie und Praxis vermittelt. Durch die neue Bezeichnung des Fachgebietes "Fitness-Aerobic" werden in der neuen Ausbildung die beiden Hauptthemen Herz-Kreislauftraining in Form von Choreographieaufbau und Fitnessstraining in Form von Kräftigung

gleich gestellt. Das Aufbaumodul umfasst 90 UE/LE incl. Wiederholungswochenende und Prüfung.

Durch die Ausrichtung auf das Fachgebiet verkürzt sich die neue Ausbildung im Verhältnis zur alten (FÜL plus Aerobic) um eine Woche. Wer schon eine gültige FÜL Turnen Lizenz besitzt und gerne eine Fitness-Aerobic Lizenz erwerben will, kann gleich in den Teil 2 (Aufbaumodul) einsteigen. Bitte beachtet den Meldeschluss für diese Ausbildung am 12.März 2009. Weitere Informationen findet ihr im Programmheft 2009 oder auf unserer Internetseite www.btv-aerobic.com.

Claudia Greiner (Landesfachwartin Fitness-Aerobic)

Landestagung Orientierungslauf in Regensburg

Weichenstellung für intensivere Nachwuchsarbeit und attraktiveres Wettkampfprogramm

Von **Ralph und Walter Körner**

Ende Januar fand in Regensburg die alljährliche Landestagung Orientierungslauf des Bayerischen Turnverbandes statt. Landesfachwart Alfons Ebneht hatte die Mitglieder des Landesfachausschusses, die Gau- und Bezirksfachwarte sowie die Vereinsvertreter an die Universität Regensburg eingeladen, um das abgelaufene Wettkampfsjahr 2008 zu analysieren und die strategische Planung für die Saison 2009 und die kommenden Jahre vorzunehmen.

Alfons Ebneht freute sich darüber, dass neben den anwesenden Mitgliedern des Fachausschusses nahezu alle Vereinsvertreter der größeren OL-Vereine Bayerns bei der Tagung präsent waren. „In den Vereinen wird die Hauptarbeit geleistet, sowohl bei der Ausbildung des erfolgreichen bayerischen Nachwuchses als auch bei der Organisation qualitativ hochwertiger Wettkämpfe“, so Ebneht.

Die kurze Rückschau auf das vergangene Jahr fiel durchweg positiv aus. Herausragend waren dabei der Gewinn des Herbert-Schmidt-Pokals durch das bayerische Nachwuchsteam beim Jugend- und Juniorenländervergleichskampf der Landesturnverbände, die Bronzemedaille von Anna Biller bei der Jugend-Europameisterschaft und die zahlreichen Deutschen Meistertitel. Auch die guten Ergebnisse beim Alpen-Adria-Cup und beim ARGE ALP OL sowie die Beschaffung der einheitlichen Wettkampfkleidung für Bayerns Länderkampfmannschaften stellten wichtige Ereignisse 2008 dar. Es existiert ein attraktives, qualitativ hochwertiges Angebot an Landesveranstaltungen, das von den Vereinen gerne angenommen wird. Die Nachwuchsarbeit in den OL-Zentren Bayerns wird ebenfalls sehr erfolgreich gestaltet.

Die strategische Planung der Zukunft des bayerischen Orientierungslauf-Sports sieht vor, die derzeit erfolgreiche Arbeit in nahezu allen Themenfeldern weiter fortzusetzen und sogar zu forcieren, so Alfons Ebneht.

Beim Themenfeld "Wettkampfwesen" wurde der Beschluss gefasst, die Landesrangliste "BayernCup" bereits ab der bevorstehenden Saison 2009 um einen Wertungslauf auf sieben Veranstaltungen zu erweitern und den Punktebonus für Ausrichter geringfügig zu erhöhen, um die beliebte Laufserie noch attraktiver zu gestalten. Ab 2010 werden in den Disziplinen Mittel-OL und Sprint-OL die Bayerischen Bestenkämpfe zu Bayerischen Meisterschaften aufgewertet, so dass künftig in allen drei OL-Einzeldisziplinen Lang-, Mittel- und Sprint-OL Landesmeistertitel ausgetragen werden. Bei Bayerischen Staffelleisterschaften im männlichen



Nachwuchsbereich bis 18 Jahre sind ab sofort auch Mädchen startberechtigt (je Staffel ein Mädchen).

Die bayerischen Landeskader D und E werden für das ganze Jahr berufen. Die Nennung der Kadermitglieder erfolgt zum Saisonende für die gesamte kommende Saison. Für aufstrebende Nachwuchs-OL'er gibt es jedoch die Möglichkeit, zur Jahresmitte für einen Kader nachnominiert oder höhergestuft zu werden.

Intensiv wird an der Vervollständigung des bayerischen OL-Karten-Archivs gearbeitet. Hier sollen in den nächsten Monaten die letzten Lücken geschlossen und eine attraktive Präsentation der bayerischen Kartenübersicht im Internet erstellt werden.

Auch die Arbeit im Bereich Schule und

Verein sowie Freizeit und Gesundheits-sport wird intensiviert, vor allem soll das Breitensportliche Orientierungswandern verstärkt gefördert und dabei vermehrt Angebote geschaffen werden.

Im Winter 2010/11 wird es wieder eine Aus- und Fortbildung für C-Trainer Orientierungslauf geben. Bis dahin ist die Durchführung von Kartenzeichner-Lehrgängen geplant, um weitere Personen und vor allem auch Jugendliche an die Erstellung von Wettkampfkarten heranzuführen.

Die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit wurde als vorbildlich gelobt. Zahlreiche Berichte in regionalen Medien sowie im BayernTurner und bayernsport sorgten für eine Steigerung des Bekanntheitsgrades der Sportart OL. Ein Ziel für die kommenden Monate ist, das bayerische Orientierungslauf-Internetportal www.ol-bayern.de neu zu gestalten, um hier noch weitere und aktuellere Informationen anbieten zu können.

Einen wichtigen Punkt bildete die Koordination der für die kommenden Jahre in Bayern geplanten Großveranstaltungen auf nationaler und internationaler Ebene. Nach Aussage des Landesfachwartes sollte der bayerische Anspruch dahin gehen, mindestens eine Großveranstaltung jährlich durchführen zu können. Für die Jahre 2009 bis 2012 wird dieses Ziel regelmäßig erfüllt. Allein zwei Großveranstaltungen werden es in diesem Jahr sein: Ein internationaler 3-Tage-OL zusammen mit den Deutschen Bestenkämpfen im Ultralang-OL beim SV Mietraching im April sowie der internationale Alpen-Adria-Cup mit zwei Bundes- und Weltranglistenläufen bei der OLG Regensburg im Mai.

Der bayerische Orientierungslauf ist gut aufgestellt. Mehrere große Vereine mit intensiver Nachwuchsarbeit und umfangreicher "Manpower" bilden das Rückgrat für die Erfolgsgeschichte, die der bayerische OL-Sport in den letzten Jahren geschrieben hat. Mit der Aufforderung, nicht nachzulassen bei der intensiven Arbeit für die schöne Natursportart Orientierungslauf, beendete Alfons Ebneht die Landestagung.

Der PLUSPUNKT GESUNDHEIT. DTB ist eine Auszeichnung für besondere Gesundheitssport-Angebote im Verein, die festgelegte Qualitätskriterien erfüllen. Der PLUSPUNKT GESUNDHEIT. DTB soll den Vereinen helfen, nach außen deutlich zu machen, dass sie über qualitativ hochwertige Angebote im Gesundheitssport verfügen.



Der 1. FC Schwand war einer der ersten Vereine im Landkreis Roth, der Wirbelsäulen-Prävention in sein Sportangebot aufgenommen hatte. Nun erhielt der Verein bereits zum vierten Mal für seine gesundheitsfördernde Bewegungsangebote das Prädikat "Pluspunkt Gesundheit / Sport pro Gesundheit".

Die Übungsleiterinnen Maria Saalfelder und Rosemarie Strehler bieten seit 1992 Kurse für Wirbelsäulen-Präventionsgymnastik und Rosemarie Strehler zusätzlich das Ganzjahresangebot "Aktiv und fit ab 50". Harald Oberfichtner, 1. Vorsitzende des 1. FC Schwand, überreichte im Sportheim des Vereins im Kreise zahlreicher Teilnehmer die Auszeichnung und bedankte sich im Namen des Sportvereins bei beiden für ihr langjähriges, außerordentliches Engagement im Gesundheitssport.

Verleihung Pluspunkt Gesundheit TSV 1860 Weißenburg



Am 23.1.09 konnte Katrin Gsaenger, Gesundheitssportreferentin des TG Mittelfranken-Süd, die Urkunde mit dem Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit.DTB an Brigitta Rehm, Übungsleiterin des TSV 1860 Weißenburg, überreichen. Für ihr

Angebot "Psychomotorik und Entspannung für Kinder und Jugendliche", das im Turngau einmalig ist, kann sie nun mit den Krankenkassen kooperieren, die diese ausgezeichneten Angebote unterstützen.

Die Stunden, die sie für den TSV 1860 Weißenburg anbietet, sind geprägt von den Zielen der Psychomotorik, der Stärkung der Sozialkompetenzen von Kindern, der Sammlung von Materialerfahrungen, aber auch den eigenen Körper kennen zu lernen.

K. Gsaenger

BayernTurner

Impressum

Inhaber, Herausgeber und Verlag:
Bayerischer Turnverband e.V.
Georg-Brauchle-Ring 93
80992 München
Telefon 0 89/1 57 02-318
Fax 0 89/1 57 02-317
zugleich Anschrift aller Verantwortlichen
Internet: www.turnverband-bayern.de

Verantwortliche Redakteure:

Uli Heister
Magazin, Referate und Fachgebiete
Steffi Holzmaier
Bezirksnachrichten und Ausschreibungen
Bernd Anich-BTJ

Redaktionsanschrift:

Georg-Brauchle-Ring 93
80992 München
Telefon 0 89/1 57 02-318
Fax 0 89/1 57 02-317
E-Mail: holzmaier@turnverband-bayern.de
oder
BayernTurner@turnverband-bayern.de

Verbandsfotograf:

Bernd Anich

Abo-Verwaltung:

Gebr. Geiselberger GmbH
Kathrin Passer
Martin-Moser-Straße 23
84503 Altötting
Tel. 0 86 71/50 65-55
Fax 0 86 71/50 65-68

Anzeigen-Verwaltung:

Bayerischer Turnverband e.V. (s.o.)
Renate Trinkl, verantwortlich
E-Mail: Trinkl@turnverband-bayern.de
z.Zt. gilt Anzeigenpreisliste Nr.15

Satz, Reproduktion, Druck:

Gebr. Geiselberger GmbH (s.o.)

ISBN 0005/72341

Erscheinungsweise: ein Mal monatlich

Abonnementpreis Bundesrepublik Deutschland jährlich € 38,50 (Sonderkonditionen für lizenzierte BTV-Übungsleiter und gewählte BTV-Amtsträger auf Gau-, Bezirks- und Landesebene: jährlich € 19,-) einschließlich Versand-kosten und MwSt. Einzelpreis € 4,50 inkl. 7 % MwSt. Keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder, kein Anspruch auf Veröffentlichung. Zur Veröffentlichung angenommene Originalbeiträge gehen in den Besitz des BTV über. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck oder sonstige Verbreitung nur mit ausdrücklicher Genehmigung und Quellenangabe gestattet. Die mit Namen oder Kürzel gezeichneten Artikel und Berichte geben nicht unbedingt die Meinung des Verbandes oder der Redaktion wieder.

Jede im Bereich eines gewerblichen Unternehmens hergestellte und benützte Kopie dient gewerblichen Zwecken gem. § 54 (2) UrhG und verpflichtet zur Gebührensatzung an die VG WORT, Abteilung Wissenschaft, Goethestraße 49, 80336 München, von der die einzelnen Zahlungsmodalitäten zu erfragen sind.

Gerichtsstand und Erfüllungsort ist München.

Fachgebiete

- Aerobic
- Bewegungskünste
- Gerätturnen
- Gymnastik+Tanz/RSG
- Jugendturnen
- Kinderturnen
- Musik und Spielmannswesen
- Orientierungslauf
- Rhönradturnen
- Rope Skipping
- Schule u. Vereine
- Sport für Ältere
- TeamGym
- Trampolinturnen
- Turnerische Mehrkämpfe
- Wandern