

## Kinderturnen

- 11.-12.02.2012 ÜL-Assistenten-Ausbildung Kinderturnen** KA-90-2200-0-0004/12  
**Backnang / Karin Schöninger-Hägele**  
 Die Übungsleiterassistenten-Ausbildung kann bereits ab 14 Jahren besucht werden. Sie richtet sich auch an Teilnehmer/innen, die aus zeitlichen Gründen eine Kurzausbildung bevorzugen.
- 03.03.2012 Stress lass nach** KF-90-2200-0-0002/12  
**Backnang / Karin Schöninger-Hägele**  
 Verhaltensauffällige Kinder während der Übungsstunde sind oftmals der Grund, warum Übungsleiter/Innen –aber auch die anderen teilnehmenden Kinder- unzufrieden und gestresst aus der Halle gehen. Wir wollen nach dem Grund der verschiedenen Verhaltensmuster suchen und gemeinsam Stundenbilder erarbeiten, um mit Situationen besser zu Recht zu kommen.  
 Für Alle
- 24.-25.03.2012 Vielseitige Förderung durch Psychomotorik** KF-90-2400-0-0001/12  
**Hagenbachsporthalle Backnang / Christine Heine**  
 Was ist Psychomotorik? Wie kann Psychomotorik in den Übungsstunden umgesetzt werden? Diese Frage wird durch Kleingeräte, Gerätelandschaften und Entspannungsübungen nachgegangen.  
**Für Übungsleiter B-Lizenz Kinder**
- 28.04.2012 Tai Chi für Kinder** KF-90-2200-0-0081/12  
**Schorndorf-Haubersbronn / Darko Domajnko**  
 Kindgerechte Bewegungsabläufe aus Tai Chi und Qi Gong fördern die ruhige Atmung, Koordination, Konzentration und die Körperwahrnehmung, sowie Ruhe und Kraft. Die Bärenschule und Tigerschule fördern die eigene Kreativität, wecken Interesse durch spielerisches Erlernen der Grundprinzipien des Tai Chi.  
 Für Alle
- 12.05.2012 Abenteuerturnen** KF-90-2200-0-0044/12  
**Leutenbach / Emilia Suhm**  
 Bewegungslandschaften, Spiele und Bewegungsgeschichten mit Klein- und Großgeräten, Bewegungslieder und vieles mehr.  
 Für Alle
- 29.09.2012 Märchenhafte Turnstunden im Kinderturnen** KF-90-2200-0-0034/12  
**Backnang / Ulrike Deinaß**  
 Mit Märchen traumhafte Turnstunden gestalten. Kleine Prinzessinnen und wilde Piraten kommen voll auf ihre Kosten. Mit Hilfe von Klein- und Großgeräten werden viele verschiedene Stundenbilder gestaltet.  
 Für Alle
- 13.10.2012 Die Mutprobe oder das Spiel mit der Angst** KF-90-2200-0-0003/12  
**Leutenbach / Karin Schöninger-Hägele**  
 Kinder lieben Mutproben. Sie gehen gerne an den Grenzbereich und testen aus, was ihr Körper aushält. Wie verpacke ich Mutproben als speziellen Kick für die einen oder baue methodisch langsam eine Brücke dazu für die ängstlicheren Kinder.  
 Für Alle

## Trampolin

- 28.04.2012 Groß- und Minitrampolin** TF-90-0400-0-0055/12  
**Backnang / Adam Götz**  
 Grundlagen für den Einsatz von Minitrampolin und Großtrampolin im Verein.  
 Für Alle

## Gymwelt

### Fitness und Gesundheit Erwachsene

- |                   |   |                      |
|-------------------|---|----------------------|
| <b>12.05.2012</b> | <b>Gymwelt-Forum</b><br><b>Hagenbachsporthalle Backnang / STB Lehrteam</b><br>Für Alle  | GF-90-1200-0-0013/11 |
| <b>21.04.2012</b> | <b>Hüft- und Rückenschule</b><br><b>Backnang / Heike Mai</b><br>Die neue Rückenschule in Theorie und Praxis erleben. Dabei wird ein Schwerpunkt der Einfluss der Sensomotorik im Rückentraining sein.<br>Für Alle | GF-90-1300-0-0036/12 |

### Fitness und Gesundheit Schwerpunkt Ältere/60 Plus

- |                   |  |                      |
|-------------------|--|----------------------|
| <b>03.03.2012</b> | <b>Fit bis ins hohe Alter - Sturzprävention</b><br><b>Leutenbach / Martin Stengele</b><br>Ein Kurskonzept zur Erhaltung von Selbständigkeit und Verhütung von Stürzen im Alter. Mit neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen zum Thema Sturzprophylaxe-Training. Basierend auf vier Säulen: Mobilität entwickeln, Stärke aufbauen, Sicherheit vermitteln und Für Alle  | GF-90-1300-0-0040/12 |
| <b>23.06.2012</b> | <b>Präventive Knie- und Hüftschule</b><br><b>Schorndorf / Martin Stengele</b><br>Verschleißerscheinungen an Knie- und Hüftgelenken gehören zu den häufigsten degenerativen Erkrankungen. In der präventiven Knie- und Hüftschule werden die möglichen Ursachen und Risiken von Verletzungen und abnutzungsbedingten Erkrankungen erarbeitet. Zu den Inhalten gehören die Ziele der Knieschule, des gymnastischen Knieprogramms, sowie die zehn Regeln einer präventiven Knie- und Hüftschule. Eine Modell-Stunde aus Knie- und Hüftschule rundet den Tag ab.<br>Für Alle | GF-90-1200-0-0041/12 |
| <b>22.09.2012</b> | <b>Circuits für Fitness und Geist</b><br><b>Backnang / Heike Mai</b><br>Jeder Übungsleiter, der mit Älteren arbeitet, sollte die Grundprinzipien der präventiven Hüftschule kennen. Nach einer theoretischen Einführung werden viele praktische Übungen mit und ohne Geräte präsentiert.<br>Für Alle   | GF-90-1300-0-0037/12 |

### Fortbildung Aerobic

- |                   |   |                      |
|-------------------|---|----------------------|
| <b>17.11.2012</b> | <b>Body and Step</b><br><b>Backnang / Stephanie Lehnert</b><br>Einfache, witzige Step-Choreografien kombiniert mit funktionellem Workout mit und ohne Step.<br>Für Alle | GF-90-1100-0-0056/12 |
|-------------------|---|----------------------|

## Gymwelt Tanz

- |                   |   |                      |
|-------------------|---|----------------------|
| <b>21.10.2012</b> | <b>Jazz Dance für Fortgeschrittene</b><br><b>Schmiden Sporthalle am Schulzentrum / Sandra Dreher-Mansur</b><br>Jazz Dance in höchster Form. Die Inhalte des Jazz Dances Isolationen, Lokomotion, Drehungen und Sprünge werden gefolgt von schöner Schrittkombination. Sich selbst bewegen und ein gutes Training erfahren sind außerdem Schwerpunkte.<br>Für Fortgeschrittene | GF-90-1700-0-0054/12 |
|-------------------|---|----------------------|