

Kinder und Jugend				
02.02.2019	Kinderturnstunde -aber sicher	Weissach im Tal	Susanne Hummel	0310/19
In dieser Fortbildung erhältst du Tipps zur Durchführung von entspannten, freudvollen Bewegungsstunden. Neben Ideen für Inhalte bekommst du Tipps, wie du allen Kindern gerecht werden kannst. Eine Selbstreflexion rundet den Tag ab. (14-18 Uhr, 5 LE).				
16.02.2019	Geräteaufbauten leicht gemacht	Weissach im Tal	Susanne Hummel	0312/19
Dank des vielseitigen Einsatzes von Klein- und Großgeräten wird uns nie langweilig. Du erfährst, wie du Geräte abwechslungsreich und mit einfachen Mitteln einsetzen kannst. Wir stellen dir spannende Bewegungslandschaften für deine Kinderturnstunde vor. (14-18 Uhr, 5 LE).				
30./31.03.2019	Übungsleiterassistenten-Ausbildung Eltern-Kind Turnen	Haubersbronn	Ulrike Deinaß	0333/19
Du bist noch zu jung für eine Übungsleiter-C Ausbildung im Kinderturnen oder möchtest erstes Fachwissen erwerben, um im Vereinstraining zu unterstützen? Dann ist die Übungsleiter-Assistenten-Ausbildung genau das Richtige für dich. Du lernst in Theorie und Praxis, z. B. Grundlagen der Stundenplanung, Spielideen, bekommst du erstes Handwerkszeug in die Hände, das du sofort anwenden kannst. Danach steht dir die Tür offen für die Übungsleiter-C Lizenz im Eltern-Kind-/Kleinkinderturnen oder im Kinderturnen, denn du kannst direkt in die 2. Stufe einsteigen, sofern du die Ausbildung innerhalb von drei Jahren fortführst. Bitte beachten, bei der Ausbildung ist keine Übernachtung vorgesehen.				
06./07.04.2019	Übungsleiterassistenten-Ausbildung Kinderturnen	TG Rems-Murr	Karin Schöninger	0335/19
Du bist noch zu jung für eine Übungsleiter-C Ausbildung im Kinderturnen oder möchtest erstes Fachwissen erwerben, um im Vereinstraining zu unterstützen? Dann ist die Übungsleiterassistenten-Ausbildung genau das Richtige für dich. Du lernst in Theorie und Praxis, z. B. Grundlagen der Stundenplanung, Spielideen, bekommst du erstes Handwerkszeug in die Hände, das du sofort anwenden kannst. Danach steht dir die Tür offen für die Übungsleiter-C Lizenz im Eltern-Kind-/Kleinkinderturnen oder im Kinderturnen, denn du kannst direkt in die 2. Stufe einsteigen, sofern du die Ausbildung innerhalb von drei Jahren fortführst. Bitte beachten, bei der Ausbildung ist keine Übernachtung vorgesehen.				
26.05.2019	Geocaching und Slacklining	Schmiden	Rainer Rückle	0378/19
Geocaching ist die fortschrittlich-moderne Art einer Schatzsuche, die durch Einsatz von technischen Hilfsmitteln sowohl für Kinder, Jugendliche als auch für Erwachsene spannend ist. Hier wird die Handhabung der GPS-Geräte erklärt, wir erkunden eine Geocaching-Rundtour mit verschiedenen Aufgaben und werten die Daten und Aufgabenlösungen aus. Des Weiteren gibt es Tipps für weitere Outdoorsportarten (KUBB, Coross Boccia etc.) für Sportgruppen. Slacklining ist ein dynamischer Balancesport, der die meisten sofort packt und nicht mehr loslässt. Die Anforderungen des Slackens an den Sportler sind ein Zusammenspiel aus Balance, Konzentration und Koordination.				
28.09.2019	Body Beats	Haubersbronn	Karin Schöninger	0381/19
Rhythmus hat nicht nur etwas mit Tanzen und Musik zu tun. Das wirst du in dieser Fortbildung erfahren. Er begleitet uns jeden Tag, auf ganz unterschiedliche Art und Weise und beeinflusst unter anderem auch die kognitive Entwicklung bei Kindern.				
09.11.2019	Fitte Kinder - kluge Köpfe	Schorndorf	Emilia Suhm	0383/19
Du wirst in dieser Fortbildung merken, wie du Kinder spielerisch und mit viel Bewegung kognitiv und körperlich in Schwung bringen kannst. Gemeinsam werden wir alltägliche Denkaufgaben mit Bewegung kombinieren und so altersgerechte Übungsformen kennenlernen.				
16.11.2019	Eine Stunde - vier Varianten	Weissach im Tal	Susanne Hummel	0474/19
Kinderturnen ist vielfältig und das zeigen wir dir in dieser Fortbildung. Du lernst eine Turnstunde kennen, die Dank spannender Variationen zu drei weiteren Stunden wächst.				

Sportarten

06./07.04.2019	Basisschein Trampolin Teil 1	Welzheim	Martina Braden, Stefan Jacobs	0537/19
<p>Hier gibt es alle Basisinformationen zum Trampolinturnen: Gerätekunde, Sicherheitsbestimmungen, Gewöhnungsübungen, Spielformen, Methodik der Fußsprünge, Sitzvarianten, Rücken- und Bauchsprünge und Grundtechniken der Hilfeleistung. Die Ausbildung umfasst zwei Wochenenden. Die aktive Teilnahme bei der Stufe I ist Zulassungsvoraussetzung für den Basisscheinlehrgang Stufe II. Bitte beachten, bei der Ausbildung ist keine Übernachtung vorgesehen</p>				
04./05.05.2019	Basisschein Trampolin Teil 2	Welzheim	Martina Braden, Stefan Jacobs	0538/19
<p>Der Basisschein II ermächtigt zur allein verantwortlichen Anleitung einer Trampolin-Stunde mit Sprüngen bis zum Barani, sofern man volljährig ist. Die Teilnehmer erhalten bei bestandener Lernkontrolle eine DTB Urkunde. Voraussetzung dieses Lehrgangs ist die Teilnahme am Basisschein I oder entsprechend Erfahrung auf dem Großgerät, z.B. durch Vereinspraxis. Mindestalter für die Meldung 14 Jahre. Bitte beachten, bei der Ausbildung ist keine Übernachtung vorgesehen</p>				
13.07.2019	Von der Sichtung zum Grundlagentraining	Großaspach	Reiner Schrempf	0380/19
<p>Was sind die ersten Schritte in das Gerätturnen? Wir zeigen den Weg in den Wettkampf- oder Leistungssport</p>				
16./17.11.2019	Trainerassistenten-Ausbildung Gerätturnen	Haubersbronn	Jasmin Schüler	0475/19
<p>Der Trainerassistent unterstützt den verantwortlichen Übungsleiter/Trainer in der Übungs- und Trainingsstunde. Daher eignet sich diese Ausbildung für alle ab 14 Jahren, die einen Einblick in die pädagogische Arbeit mit Trainingsgruppen erhalten wollen und für Turner, die schon erste Erfahrung sammeln konnten. Die Trainerassistenten-Ausbildung wird als 1. Ausbildungsstufe der Ausbildungen zum/zur Trainer/in C Breitensport Gerätturnen oder zum/zur Trainer/in C Wettkampf- und Leistungssport Gerätturnen anerkannt (Gültigkeit: 3 Jahre). Bitte beachten, bei der Ausbildung ist keine Übernachtung vorgesehen.</p>				

Gymwelt – Fitness und Gesundheit für Erwachsene / Älter

16.02.2019	Fitnessstraining für Männer	Winnenden	Yvonne Benz	0311/19
<p>Abwechslungsreiches Fitnessstraining, so richtig zum Auspowern – Tabata, Zirkel, HIIT und TRX Training. Alles, was das Fett schmelzen und die Muskeln wachsen lässt.</p>				
09.03.2019	Spiele und mehr	Backnang	Armin Brand	0328/19
<p>Hier gibt es Ideen für Spiele zum Aufwärmen, zur Förderung der Ausdauer, zur Verbesserung der Gedächtnisleistung und zur Kraftverbesserung im Erwachsenen und Seniorenbereich!</p>				
23.03.2019	Faszien - Muskulatur im Einklang	Waiblingen	Angelika Schmidt	0330/19
<p>Stundenbilder, die gleichwertig unsere Faszien und Muskulatur ansprechen - jede Beispielstunde wird mit anderen Kleingeräten gestaltet. Wir schwingen, federn, kräftigen, wackeln und dehnen. Das Leistungsniveau aller Teilnehmer wird berücksichtigt!</p>				
23.03.2019	Innere Balance – der gelassene und achtsame Kursleiter	Allmersbach/Tal	Harald Kümmel	0332/19
<p>Eine in sich ruhende, gefestigte und gelassene Persönlichkeit ist der Hauptbaustein für empathische und erfolgreiche Kursführung. In dieser Fortbildung wird mit der Z.E.N. Strategie gezeigt, wie ein gefestigter Mensch, der mit sich in Balance ist, einen respektvollen, interessanten und achtsamen Unterrichtsstil entwickeln kann. Weitere Themen in dieser Fortbildung sind: eigene physische und mentale Gesundheit, Ernährung, Intuition, Achtsamkeit, Entspannungstraining, Entwickeln von Eigenkompetenz und empathischer Intelligenz. Effektive Unterrichtsformen, neue Arten des Körpertrainings ergänzen in Theorie und Praxis den Workshop. Erfolg im Alltag und Beruf beginnt immer bei einem selbst, die Z.E.N. Strategie liefert die entsprechenden Bausteine.</p>				

Gymwelt – Fitness und Gesundheit für Erwachsene / Älter				
30.03.2019	Fitness Trends	Schlechtbach	Elena Reinecker	0334/19
"Du bekommst neue Ideen und Impulse durch Trends wie Intervall-Training (HIIT, Tabata), Bodyweight-, Circuit- und Functional-Training. Zudem geben wir dir Inspirationen für den Einsatz von verschiedenen Handgeräten. Die einfachen und kraftvollen Moves werden jeden Sportliebhaber, egal ob Neuling oder Profi, motivieren und zu Höchstleistungen bringen."				
11.05.2019	Gymwelt-Forum	Backnang	STB Lehrteam	0010/19
Das Gymwelt-Forum, die bewährte Form der Fortbildung, ist dieses Jahr wieder im TGRM zu Gast. Versch. Workshops werden angeboten. Näheres auf der Turngau-Homepage				
25.05.2019	Pezziball Workout meets Drums alive®	Haubersbronn	Katja Willnauer	0377/19
Du arbeitest gerne mit dem großen Ball? Möchtest neue Ideen für Workouts mit, unter, neben, hinter und über dem Pezziball? Dich interessiert, wie du ein Warmup anders gestalten kannst und du möchtest Drums alive in Form einer Kennlern-Choreografie erleben? Du möchtest schwitzen, deine Muskeln kräftigen, Spaß haben und mit einem Lächeln deine Kursstunden verlassen? Dann bist du in diesem Lehrgang genau richtig.				
13.07.2019	Pilates Flow mit Kleingeräten	Allmersbach/Tal	Sabine Schneider	0379/19
Bewegendes, fließendes Pilates - die klassischen Pilatesübungen werden ergänzt durch raumgreifende Sequenzen, verbunden mit fließenden Übergängen. Der Einsatz der klassischen Pilates-Kleingeräte, wie Pilates-Rolle und Pilates-Circle, geben zusätzlich neue Trainingsimpulse und erweitern das Bewegungsspektrum. Es werden Übungssequenzen in verschiedenen Variationen und Schwierigkeitsstufen aufgezeigt.				
19.10.2019	Reise durch die Bewegungsvielfalt der Älteren	Allmersbach/Tal	Gaby Lengerer	0382/19
"Ob Pezziball, verschiedene Handgeräte, Faszien, Beckenboden oder Balance, Gedächtnistraining und Tanzen - die heutigen Älteren können alles mitmachen, sofern es entsprechend für sie aufbereitet wird. Aus einem umfangreichen Angebot darfst du als Teilnehmer mitentscheiden, durch welche Stundenbilder wir –sporteln- wollen."				
09.11.2019	Fit-Mix	Winnenden	Yvonne Benz	0539/19
Wir zeigen dir ein abwechslungsreiches Programm mit und ohne Handgeräte. Mittels TRX Schlingentrainer, Brasils, HIIT, Tabata, Paleo-Run, Zeit-Intervalle werden das Herz-Kreislaufsystem und auch die Muskulatur aktiviert. Durch gezieltes Training ist das Programm in verschiedenen Levels für unterschiedliche Leistungsstufen und auch für gemischte Gruppen geeignet.				
23./24.11.2019	Top of Workout für HWS und LWS	Backnang	Martin Stemgele	0540/19
Die Hauptziele dieses Lehrganges liegen in der Vertiefung des fachspezifischen Wissens und der Vermittlung von Ideen für effektive Wirbelsäulenkurse, ohne dass sofort neue Zusatzgeräte benötigt werden. Erlerne, Rückenurse und Trainings effektiv zu gestalten und mit technischem, didaktischem Wissen professionell zu unterrichten. Teilnahmevoraussetzungen: Übungsleiter B. Bitte beachten, bei der Ausbildung ist keine Übernachtung vorgesehen.				
30.11.2019	Skigymnastik	Schlechtbach	Dagmar Dautel	0541/19
Skigymnastik steht bei vielen Vereinen im Programm. Konditions-, Kraft- und Faszientraining sowie sportartspezifische Übungen werden in praxisnahen Übungseinheiten vorgestellt.				