

An alle

- Übungsleiter/innen,
- Gruppenhelfer/innen,
- Sportlehrer/innen und
- Erzieher/innen

# Markt der Möglichkeiten

Die ultimative Fortbildung im Kinder – und Jugendturnen 2019

## Für jeden etwas dabei 16 Arbeitskreise

### Termin

Samstag, 09.11.2019                      08:45 – 16:00 Uhr  
Sonntag, 10.11.2019                     08:45 – 16:00 Uhr

### Ort

Turnhallen Fellinghausen – Schulweg 4 – 57223 Kreuztal

### Verpflegung

Bitte Essen und Getränke selbst mitbringen.

### Teilnahmegebühr

*Für Vereinsmitglieder des Siegerland Turngaus*

Ein Tag:            25 Euro            -            Beide Tage:    40 Euro

*Für Nichtmitglieder*

Ein Tag:            40 Euro            -            Beide Tage:    75 Euro

### Meldeverfahren

Die Anmeldung ist über den beigegefügten Meldebogen möglich (per Post oder per e-mail an Mimi Jacob). Der Teilnehmerbeitrag muss bis zum Veranstaltungstag auf folgendes Konto überwiesen werden:

Turnjugend im Siegerland Turngau  
Volksbank im Siegerland

IBAN: DE 97 4476 1534 0771 2991 01

Der Eingang der Meldung entscheidet über die Teilnahme. Es wird keine Meldebestätigung verschickt!

### Meldeschluss

31. Oktober 2019

### Übungsleiterlizenzverlängerung

Dieser Lehrgang kann zur Lizenzverlängerung genutzt werden.

Mimi Jacob  
Beauftragte für Lehrarbeit

Dagmar Broska  
Vorsitzende der Turnjugend

# Markt der Möglichkeiten 2019

## Samstag, 09.11.2019

8:45 Uhr	Begrüßung und Eröffnung	
Block I 9:00 – 10:30 Uhr	<b>AK 1:</b> <b>HIIT-Intervalltraining</b>  Susi Fuchs	<b>AK 2:</b> <b>Erlebnispädagogik</b> <b>Kleine Spiele für zwischendurch</b>  Lena Harloff
Block II 10:45 – 12:15 Uhr	<b>AK 3:</b> <b>HIIT-Intervalltraining</b>  Susi Fuchs	<b>AK 4:</b> <b>Erlebnispädagogik</b> <b>Kleine Spiele für zwischendurch</b>  Lena Harloff
Mittagspause		
Block III 12:45 – 14:15 Uhr	<b>AK 5:</b> <b>Update Physiotherapie</b>  Simone Jacob	<b>AK 6:</b> <b>Sinneswahrnehmung</b> <b>Einen Parcours</b> <b>mit allen Sinnen erleben</b> Lena Harloff
Block IV 14:30 – 16:00 Uhr	<b>AK 7:</b> <b>Update Physiotherapie</b>  Simone Jacob	<b>AK 8:</b> <b>Sinneswahrnehmung</b> <b>Einen Parcours</b> <b>mit allen Sinnen erleben</b> Lena Harloff

## Sonntag, 10.11.2019

8:45 Uhr	Begrüßung und Eröffnung	
Block I 9:00 – 10:30 Uhr	<b>AK 9:</b> <b>Entspannung</b>  Melissa Bäumer	<b>AK 10:</b> <b>Inklusion im Sport</b>  Kirsten Willcke
Block II 10:45 – 12:15 Uhr	<b>AK 11:</b> <b>Entspannung</b>  Melissa Bäumer	<b>AK 12:</b> <b>Inklusion im Sport</b>  Kirsten Willcke
Mittagspause		
Block III 12:45 – 14:15 Uhr	<b>AK 13:</b> <b>facebook &amp;co</b>  Christoph Schütz	<b>AK 14:</b> <b>Sprungschule Turnen</b>  Tanja Schröder
Block IV 14:30 – 16:00 Uhr	<b>AK 15:</b> <b>facebook &amp;co</b>  Christoph Schütz	<b>AK 16:</b> <b>Sprungschule Turnen</b>  Tanja Schröder

## ***Unser Angebot 2019***

### **AK 1 und AK 3      HIIT – Intervalltraining**

Wie bereite ich meinen Körper auf die kommende Belastung vor und welche Arten des Einstiegs kann ich nutzen? Welche Arten des Intervalltrainings gibt es? Kann ich das für meine Gruppe anpassen? Diesen Fragen gehen wir in diesem AK auf den Grund.

### **AK 2 und AK 4      Erlebnispädagogik - Kleine Spiele für zwischendurch**

Es werden verschiedene Spiele aus der Erlebnispädagogik gezeigt, in der Teamgeist, Kommunikation und Kooperation erfahren werden. Der Schwerpunkt liegt auf kurzen Spielen, die mit wenig Worten erklärt und wenig Material gespielt sind.

### **AK 5 und AK 7      Update Physiotherapie**

Neben der Darstellung des aktuellen Standes bei der Erstversorgung bei Sportverletzungen wird in diesem Kurs eine Einführung in das prophylaktische Taping von Hand- und Fußgelenken erfolgen. Darüber hinaus werden einfache Faszientechniken bei Muskelverspannungen und –verhärtungen dargestellt.

### **AK 6 und AK 8      Sinneswahrnehmung - Einen Parcours mit allen Sinnen erleben**

Gemeinsam erleben wir, welche Sinne wir in der Turnhalle mit kleinen Übungen und wenig Material wahrnehmen können. Es werden Übungen und Spiele gezeigt, die mit ein wenig Kreativität auf fast jede Zielgruppe übertragen werden können. Das Highlight bildet ein alle Sinne ansprechender Parcours.

### **AK 9 und AK 11      Entspannung**

Ideensammlung für kurze Entspannungseinheiten während oder nach der Sportstunde

### **AK 10 und AK 12      Inklusion im Sport**

Dieser AK zeigt auf, wie ich verhaltensauffällige oder bewegungseingeschränkte Kinder in eine Sportgruppe integrieren kann.

### **AK 13 und AK 15      facebook & co**

Die neuen Medien machen auch vor den Sportgruppen nicht Halt... Dieser AK zeigt euch Möglichkeiten auf, wie ihr facebook & co für eure Gruppen nutzen könnt, worauf ihr achten solltet und wo Grenzen sind.

### **AK 14 und AK 16      Sprungschule Turnen**

Bock, Pferd oder Minitrampolin... Hocke, Grätsche oder Salto...

In diesem AK geht es um die methodische Heranführung an die verschiedenen Sprünge, die dann an unterschiedlichen Geräten geturnt werden können.

# ANMELDEBOGEN

## Markt der Möglichkeiten am 09. und 10. November 2019

Der Verein \_\_\_\_\_ meldet für den Markt der Möglichkeiten folgende Person verbindlich an:

Name; Vorname\*: \_\_\_\_\_ Geb.-Datum\*: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort\*: \_\_\_\_\_ Straße\*: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Funktion im Verein: \_\_\_\_\_

e-mail: \_\_\_\_\_

\*: diese Angaben müssen ausgefüllt werden.

Arbeitskreise:	Block I	AK__	Block V	AK__
	Block II	AK__	Block VI	AK__
	Block III	AK__	Block VII	AK__
	Block IV	AK__	Block VIII	AK__

Übungsleiterverlängerung: ja  nein

Teilnahme:  Samstag (25,00 € für Mitglieder/40,00 € für Nichtmitglieder)  
 Sonntag (25,00 € für Mitglieder/40,00 € für Nichtmitglieder)  
 beide Tage (40,00 € für Mitglieder/75,00 € für Nichtmitglieder)

Name; Vorname\*: \_\_\_\_\_ Geb.-Datum\*: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort\*: \_\_\_\_\_ Straße\*: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Funktion im Verein: \_\_\_\_\_

e-mail: \_\_\_\_\_

\*: diese Angaben müssen ausgefüllt werden.

Arbeitskreise:	Block I	AK__	Block V	AK__
	Block II	AK__	Block VI	AK__
	Block III	AK__	Block VII	AK__
	Block IV	AK__	Block VIII	AK__

Übungsleiterverlängerung: ja  nein

Teilnahme:  Samstag (25,00 € für Mitglieder/40,00 € für Nichtmitglieder)  
 Sonntag (25,00 € für Mitglieder/40,00 € für Nichtmitglieder)  
 beide Tage (40,00 € für Mitglieder/75,00 € für Nichtmitglieder)

**Meldung bitte bis zum 31.10.2019 an:**

Mimi Jacob - Ratzebuschstraße 59 - 57223 Kreuztal – mimi.jacob@turnjugend.de

☎ 0179 / 77 20 145