

Bildungsprogramm

Qualifizierungen
Termine
Veranstaltungen
Freizeiten

WTB 
WESTFÄLISCHER TURNERBUND



2026



MADE TO MOVE

Sportmatten, Turngeräte und Sportprojekte
seit 1984 aus dem Herzen Deutschlands
in Bad Wildungen.

Made in Germany



ELISABETH SEITZ
OFFIZIELLER
SPONSOR
SEIT 2009



Oberwerries

Sport- und Qualifizierungszentrum des WTB Idealer Ort zum Lernen, Sport treiben und sich Wohlfühlen

Bereits seit 1952 befindet sich der Sitz des Westfälischen Turnerbundes auf Schloss Oberwerries in Hamm. Das typisch westfälische Wasserschloss gehört zu den kulturhistorisch wertvollsten Gebäuden der Stadt und ist lokaltouristischer Anziehungspunkt.

Die Landesturnschule hat sich inzwischen zu einem modernen Sport- und Tagungszentrum entwickelt. Gepflegte Sport- und Tagungsräume, 84 Betten und eine hervorragende Küche machen sie attraktiv für viele unterschiedliche Gruppen.

Fast 20.000 Gäste genießen mittlerweile jährlich die Annehmlichkeiten der Sportschule und fühlen sich hier wohl. Zu den Aus- und Fortbildungsteilnehmern des eigenen Verbandes gesellen sich zahlreiche Sportler anderer Verbände sowie Journalisten, Lehrer, Sozialpädagogen und große Unternehmen.

Schlosscafé

Das Schlosscafé im Innenhof der Schlossanlage ist eine Oase der Ruhe. Direkt an der Lippe gelegen, haben Sie hier Anschluss an die Römer-Lippe-Route. Sie erreichen die Lippefähre Lupia und das Landschaftsschutzgebiet Lippeauen in nur wenigen Schritten.

Das Café verwöhnt seine Gäste mit leckerem Kuchen, Kaffeespezialitäten und Kaltgetränken. Es ist von April bis Oktober täglich von 11 bis 18 Uhr geöffnet.



Gruppen herzlich Willkommen!

Vereinsportgruppen, Wander- oder Radgruppen sind in der Landesturnschule Oberwerries gern gesehene Gäste. Das WTB-Team vor Ort unterstützt Sie auf Wunsch bei der inhaltlichen Gestaltung eines Sportprogramms oder gibt hilfreiche Tipps für die Freizeitgestaltung.

Unser Gästehaus – ideal für kleine Gruppen oder Familien

Modern und gemütlich präsentiert sich unser Gästehaus direkt an der Lippe, in dem bis zu sechs Personen Platz finden. Haben Sie keine Lust selbst zu kochen? Kein Problem. Selbstverständlich besteht die Möglichkeit, in der Landesturnschule nebenan Vollverpflegung zu genießen.

Westfälischer Turnerbund
Zum Schloss Oberwerries
59073 Hamm
Tel. 02388 300000
www.wtb.de

Inhalt 2026



Allgemeines

Landesturnschule Oberwerries	3
Das WTB-Team	6
Ausbildungen – allgemeine Informationen	8
Übersicht Basisqualifizierungen	11
Lizenzverlängerungen	98
DTB-Akademie	101
Anmeldeverfahren	102
Die GYMCARD/DTB-ID	103
Glossar	104
AGB	112
Anmeldeformular	114

Gymwelt

Lizenzbildungen 1./2. Lizenzstufe	16
Aus- und Weiterbildungen	
Fitness/Aerobic/Functional Training/Outdoor	20
Gesundheitssport	28
Pilates/Yoga/Body & Mind	46
Tanz/Choreografie	61
Bewegt älter werden	63
Lernen digital – WTB-Webinare	69
Vereinsmanagement	70

Kinderturnen

Lizenzbildungen Kinderturnen	74
Wochenendfortbildungen	77
Tagesfortbildungen	81
Kinder- und Jugend-Freizeiten	84



Turnen

Lizenzbildungen	86
Fortbildungen	87

Sportarten/Turnspiele

Ausbildungen/Fortbildungen Sportarten	
Schneesport	90
Schwimmen	92
Fortbildungen Turnspiele	
Faustball	94
Korbball	95
Völkerball	96
Prellball	96
Korbball	96



Impressum

Herausgeber Westfälischer Turnerbund e.V.
Erscheinungsweise jährlich
Auflage 3.000 Exemplare
Anschrift Herausgeber/Redaktion
Westfälischer Turnerbund | Zum Schloss Oberwerries | 59073 Hamm
Telefon 02388 300000 | www.wtb.de
Gestaltung
Dipl.-Des. Tina Elges | www.elges-grafik.de
Fotos
WTB, Abope Stock, Andrea Bowinkelmann (LSB), Manuel Möller,
Minkusimages, DTB-Akademie | Pimster Creations privat
Druck
Bonifatius GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn

Wenn wir in unseren Texten die männliche Form verwenden,
dann nur aus Gründen der besseren Lesbarkeit. Selbstverständlich
sind dabei alle Geschlechter gleichermaßen gemeint!



Herzlich Willkommen!
Wir sind für Sie da – Ihre Ansprechpartner
Telefon 02388 30000-0 | Fax 02388 30000-45

Ihr Team

GESCHÄFTSFÜHRUNG / FINANZEN / KOMMUNIKATION

Carsten Rabe

Geschäftsführung

► 02388 30000-22 | rabe@wtb.de

Simone Giera

Buchhaltung

02388 30000-25 | giera@wtb.de

Kirsten Brüggemann

Öffentlichkeitsarbeit

► 02388 30000-40 | brueggemann@wtb.de

Georgina Smeilus

Assistenz der Geschäftsführung,

Ehrenamtsberatung

► 02388 30000-29 | smeilus@wtb.de

Lisa-Marie Heinrichs

Ansprechpartnerin LTF26

► 02388 30000-13

heinrichs@wtb

REFERAT GYMWELT/BILDUNG

Stephan Gentes

DTB-Akademie, Vereins- und Bildungsberatung

► 02388 30000-23 | gentes@wtb.de

Florian Klug

Vereinsberatung, Breitensport, Gymwelt

► 02388 30000-34 | klug@wtb.de

Finja Meininghaus

Gymwelt Lehrgangsverwaltung

Pluspunkt Gesundheit

► 02388 30000-26

meininghaus@wtb.de

Jaana Prentice

WTB-Akademie

► 02388 30000-39 | prentice@wtb.de

Janina Ernst

Fachkraft Basissportarten

Modellregion Dortmund

► 0231 5021989 | ernst@wtb.de

REFERAT LEISTUNGSSPORT

Armin Schewe

Leistungssport

► 02388 30000-30 | schewe@wtb.de

Elke Kalus

Verwaltung Wettkampfsport –

nichtolympische Sportarten, Lizenzen

► 02388 30000-31 | kalus@wtb.de

REFERAT JUGEND

Carina Delling-Brett

Kinder- und Jugendturnen

► 02388 30000-28 | delling@wtb.de

Jorge Sandoval

Fachkraft Sport im Ganzttag,

Fachkraft Integration durch Sport

► 02388 30000-27 | sandoval@wtb.de

LANDESTURNSCHULE

Stefanie Kruse

Verwaltung Landesturnschule

► 02388 30000-21 | kruse@wtb.de

Wendy Daelman

Verwaltung Landesturnschule

► 02388 30000-21 | daelman@wtb.de

Elke Hoffmann

Rezeption

► 02388 30000-20 | hoffmann@wtb.de

Adam Kurek

Haustechnik

► 0151 11679070 | kurek@wtb.de

Thomas Rinkau

Haustechnik

► 02388 30000-147 | haustechnik@wtb.de

Sebastian Overmann

Küchenleitung

► 02388 30000-32 / -41 | kueche@wtb.de

Unsere Ausbildungen – allgemeine Informationen

Übungsleiter-C-Lizenz Breitensport zielgruppenspezifisch/sportartübergreifend | ab 16 J.
Trainer-C-Lizenz sportartenspezifischer Breiten- und Leistungssport | ab 16 J.

Anerkennungsmodul Basisqualifizierung
E-Learning | 10 LE | ab 16 J.

**Basisqualifizierung
Präsenz/Blended Learning**
ÜL-C/Tr-C | 32 LE | ab 16 J.

Tr-Assistent
Leistungssport
60 LE | ab 13 J.

ÜL-Assistent
Kinderturnen
60 LE | ab 13 J.

**Zertifikat
Kinderturnen**
35 LE | ab 16 J.

Vorstufenqualifikationen – die erste Qualifikation

Bereits ab 13 Jahren kann die Ausbildung zum Trainer- oder Übungsleiter-Assistenten beziehungsweise ab 16 Jahren das Zertifikat Kinderturnen besucht werden. Die Absolventen unterstützen die verantwortlichen Übungsleiter und Trainer durch die Übernahme von Aufgaben bei der Durchführung von Übungs- und Trainingsstunden.

Darüber hinaus bieten diese Vorstufenqualifikationen einen ersten Einstieg für eine mögliche Lizenzausbildung zum Übungsleiter oder Trainer.

Wie dem Schaubild oben zu entnehmen ist, lässt sich der weitere Weg zur Lizenz durch den Besuch des Anerkennungsmoduls Basisqualifizierung verkürzen.

Das bedeutet eine Zeitersparnis durch weniger Lerneinheiten und E-Learning von zu Hause anstatt Präsenz vor Ort. Der erfolgreiche Abschluss (Vorstufenqualifikation plus E-Learning-Modul) ersetzt den klassischen Weg über die Basisqualifizierung, siehe Seite 12.

Ausbildung zum

Trainerassistenten ab 13 Jahre

Mit dieser Ausbildung wenden wir uns an Jugendliche (Mindestalter 13 Jahre, Höchstalter 18 Jahre), die im Leistungssport ihres Fachgebietes tätig werden wollen. Die Ausbildung ist eine Vorstufe zur Trainer-C-Ausbildung des WTB und umfasst 60 LE. Neben theoretischen und sportpraktischen Inhalten sollen die Teilnehmer u.a. über die Ziele und Inhalte des Leistungssports und deren Umsetzung erfahren. Sie sollen methodisch und didaktisch auf die Erarbeitung und Durchführung spezieller Aspekte des Leistungstrainings vorbereitet werden. Darüber hinaus lernen sie u. a. etwas über den Aufbau und die Aufgaben des Sportvereins. 15 LE werden auf eine zukünftige Trainer-C-Ausbildung angerechnet. Zielgruppe sind aktuelle und ehemalige Leistungssportler.

Termine, Ort und Preise siehe Seite 86.

Übungsleiter-Assistent (eh. Gruppenhelfer)

Die ÜL-Assistenten-Ausbildung besteht aus dem Grund- und einem zusätzlich buchbaren Aufbaumodul zwischen denen aus pädagogischen Gründen ca. ein halbes Jahr Praxis als Assistent im Verein liegen sollte. Die Ausbildung wendet sich an Jugendliche zwischen 13 und ca. 16 Jahren, welche die Übungsleiter und Jugendleiter in ihren Vereinen unterstützen wollen. Die Assistenten übernehmen dabei sowohl fachliche, also das Turnen an sich betreffende Aufgaben, als auch überfachliche, wie etwa bei der Mitarbeit in den eigenständigen Jugendabteilungen der Vereine, der Betreuung und Mitorganisation von Freizeitangeboten oder Jugendfahrten.

► Als Angebot für möglichst viele Vereine werden immer drei Anmeldungen pro Verein in den Lehrgang aufgenommen. Ab der vierten Anmeldung wird eine Warteliste geführt. In der Regel können durch weitere freie Plätze in der Turnschule die meisten Anmeldungen berücksichtigt werden.

Termine, Ort und Preise siehe Seite 74.



Ausbildung

Zertifikat Kinderturnen

Das Zertifikat Kinderturnen ist eine Qualifikation für alle Erwachsenen (ohne oder mit abgelaufener Lizenz), die im Verein das (Kinder-)Turnen unterstützen wollen.

Die durch das Kinderturnen beabsichtigte motorische Grundlagenförderung gelingt am einfachsten, wenn die Inhalte auf die Zielgruppe abgestimmt und methodisch so aufbereitet sind, dass die Kinder in ihrer Entwicklung unterstützt werden. Darüber hinaus trägt ein gut auf die Gruppe abgestimmter Übungsablauf zu einer entspannten Atmosphäre bei. Das Zertifikat Kinderturnen ist eine Qualifizierung für alle Erwachsene ohne oder mit länger abgelaufener ÜL-Lizenz, die im Verein das Kinderturnen unterstützen. Der Lehrgang beschäftigt sich inhaltlich mit verschiedenen wesentlichen Fragestellungen, die praktisch und modellhaft erprobt werden u.a.: Welche grundlegenden Prinzipien gelten in der Sportmethodik? Wie kann ich bestimmte Fertigkeiten vermitteln? Welche Voraussetzungen müssen meine Kinder vorher dazu erfüllen? Welche Methoden gibt es und zu welchem Ziel kann ich sie einsetzen? Wie bilde ich einen roten Faden über mehrere Wochen? Was muss ich darüber hinaus beachten? Die Teilnahme zur Lizenzverlängerung ist nach Rücksprache mit dem Referat Jugend möglich, wenn neben den Zertifikats Teilnehmern noch Plätze frei sind.

Zielgruppe: Erwachsene ohne ÜL-Lizenz sowie Personen, deren Kinderturn-Lizenz reaktiviert werden muss.

Termine, Ort und Preise siehe Seite 74.

Anerkennungsmodul Basisqualifizierung

E-Learning Modul 10 LE

Das Anerkennungsmodul Basisqualifizierung richtet sich an Personen, die eine der drei Vorstufenqualifikationen (Trainer-Assistenten, ÜL-Assistenten Ausbildung oder das Zertifikat Kinderturnen) abgeschlossen haben. Mit diesem E-Learning-Modul können diese Teilnehmer verkürzt die Einstiegsvoraussetzung zum Besuch der 1. Lizenzstufe erwerben.

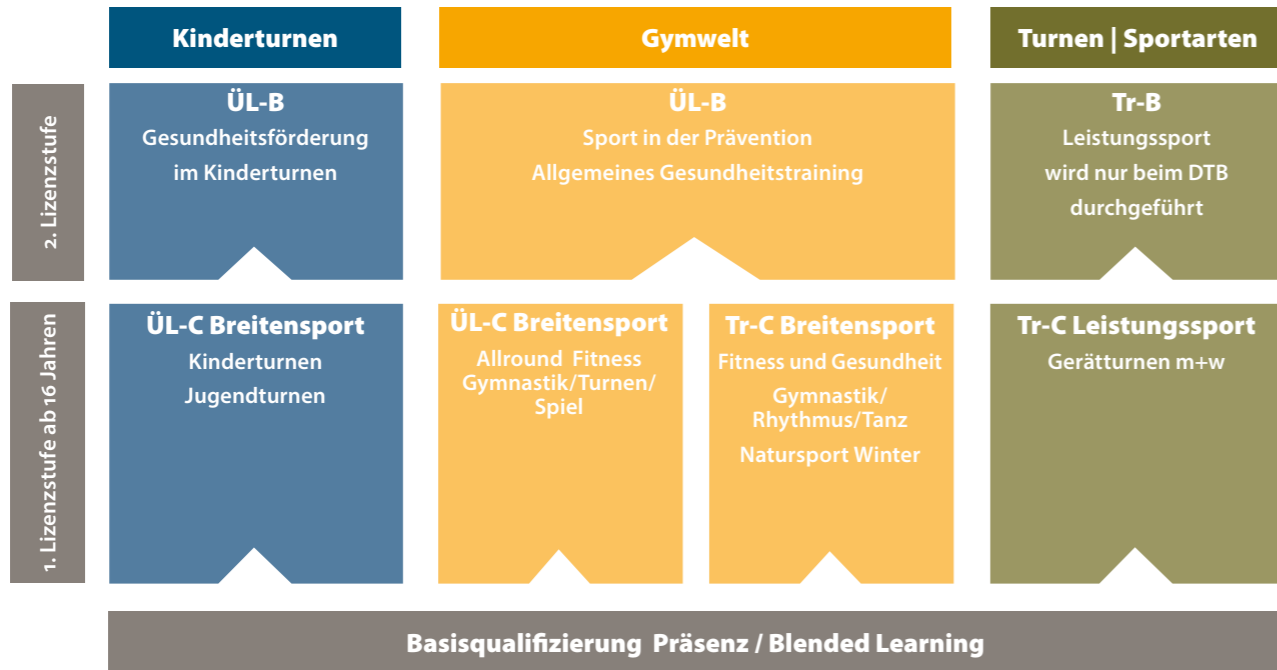
Das Anerkennungsmodul findet online im digitalen Lernzentrum des WTB statt und kann am Rechner zuhause absolviert werden. Mit dem E-Learning-Baustein können die Teilnehmer Ihre Präsenztage vor Ort verringern und das erforderliche Wissen und Inhalte in Heimarbeit selbstständig aneignen und erarbeiten.

Mit dem Bestehen ist die Zulassung zu den Aufbauprofilen auf der ersten Lizenzstufe (ÜL-C, Tr-C) erfüllt. Der Besuch der Basisqualifizierung in Präsenz oder als Blended Learning Veranstaltung ist alternativ selbstverständlich auch möglich.

Termine, Ort und Preise siehe Seite 14.



WTB-Ausbildungsstruktur 1. und 2. Lizenzstufe



1. Lizenzstufe

Ausbildung zum Übungsleiter-C, Trainer-C Breitensport oder zum Trainer-C Leistungssport ab 16 Jahren

Die Ausbildung umfasst 120 Lerneinheiten (LE) und ist unterteilt in zwei Abschnitte, welche aufeinander aufbauend zu besuchen sind: die Basisqualifizierung (32 LE) oder optional das E-Learning-Modul (Anerkennungsmodul Basisqualifizierung 10 LE nur für Personen mit Vorstufenqualifikation) und das entsprechende Lizenzprofil (90 LE).

Die Basisqualifizierung (32 LE)

Die Basisqualifizierung ist die Grundlage und notwendige Einstiegsvoraussetzung zum Lizenzerwerb für Übungsleiter und Trainer. Die Basisqualifizierung wird entweder als reine Präsenzveranstaltung oder als Blended Learning Veranstaltung, d.h. ein digitaler Abschnitt plus ein fester Präsenztag, angeboten.

Ausbildungen 2026:

ÜBUNGSLEITER-C

- ÜL-C Kinderturnen

- ÜL-C Allround-Fitness

Gymnastik/Turnen/Spiel

TRAINER-C BREITENSPORT

- Tr-C Fitness und Gesundheit

- Tr-C Gymnastik/Rhythmus/Tanz

- Tr-C Breitensport, Fitness und Gesundheit Naturesport Winter

TRAINER-C LEISTUNGSSPORT

- Tr-C Gerätturnen

Termine, Ort und Preise siehe Seite 12.

Ausbildungen der

1. Lizenzstufe (90 LE)

Die C-Lizenzausbildungen sind die wesentliche Grundlage für eine

qualifizierte Tätigkeit im Verein. Sie vermitteln den Teilnehmern, wie sie zielgruppengerecht und fachlich angemessene Angebote im Verein gestalten können. Die Ausbildungen der 1. Lizenzstufe schließen sich an die Basisqualifizierung an und enthalten die fach- und inhaltspezifischen Themen des jeweiligen Lizenzprofils. Einstieg ab 16 Jahren möglich, Lizenzerhalt mit 18 Jahren.

Voraussetzung für die Zulassung zu den Ausbildungsgängen auf der 1. Lizenzstufe

- Mindestalter 16 Jahre, formlose Befürwortung eines Sportvereins
- Nachweis einer 9 LE dauernden Erste-Hilfe-Ausbildung (nicht älter als zwei Jahre; kann bis zum Ausbildungsende nachgereicht werden)
- akzeptierte Datenschutzerklärung, unterzeichneter Ehrenkodex
- unterzeichnete Lizenzvereinbarung
- Teilnahmebescheinigung Safe Sport & Körperbild siehe Seite 13.

2. Lizenzstufe

Für erfahrene und lizenzierte Übungsleiter und Trainer besteht die Möglichkeit, eine aufbauende Lizenz auf der 2. Lizenzstufe zu erwerben (ÜL-B, Tr-B). Dafür sind besondere Voraussetzungen zu erfüllen, die bei den entsprechenden Ausbildungen ausgewiesen sind.

Ausbildung zum Übungsleiter-B und Trainer-B

Hierunter fallen folgende Lizenzausbildungen:

- Trainer-B Leistungssport (wird nur beim DTB durchgeführt)
- Übungsleiter-B Gesundheitsförderung im Kinderturnen 60 LE (2026 nicht im Angebot)
- Übungsleiter-B Sport in der Prävention Allgemeines Gesundheitstraining 80 LE

Ausbildung zum Übungsleiter-B Sport in der Prävention

Die ÜL-B-Lizenzausbildung ist die Grundlage für eine qualifizierte Tätigkeit im Gesundheitssport. Die ganzheitlich ausgerichtete Präventionsausbildung basiert auf einem zeitgemäßen Verständnis von Gesundheitsförderung durch Bewegung, ausgerichtet an den Kernzielen des Gesundheitssports. Sie qualifiziert, ein ganzkörperliches Haltungs- und Bewegungs- sowie ein präventives Ausdauertraining für gesunde Erwachsene durchführen zu können.

Termine, Ort und Preise siehe Seite 17.



Basisqualifizierungen – Übersicht und Termine

Basisqualifizierung (32 LE)

Das Einstiegsmodul für Übungsleiter und Trainer

Die Basisqualifizierung ist die Grundlage und notwendige Einstiegsvoraussetzung zum Lizenzerwerb für Übungsleiter und Trainer. Im Verlauf der Basisqualifizierung müssen alle Teilnehmenden auf der digitalen Lernplattform des DTB einen gesonderten Selbstlernkurs zum Thema Safe Sport & Körperbild durchlaufen, der für die spätere Lizenzierung Voraussetzung ist. Siehe auch Seite 13.

Die Basisqualifizierung schließt nicht mit dem Erwerb einer Lizenz ab. Sie ist die Grundlage und notwendige Einstiegsvoraussetzung für eine ÜL-C- bzw. Tr-C-Ausbildung in folgenden Lizenzprofilen:

- ÜL-C Kinderturnen Seite 76
- ÜL-C Jugendturnen (wird 2025 nicht angeboten)
- ÜL-C Allround-Fitness Gymnastik/Turnen/Spiel Seite 16
- Tr-C Fitness-Aerobic (wird 2025 nicht angeboten)
- Tr-C Gymnastik / Rhythmus / Tanz Seite 16
- Tr-C Fitness und Gesundheit Seite 17
- Tr-C Parkour (wird 2026 nicht angeboten)
- Tr-C Breitensport, Fitness und Gesundheit, Naturesport Winter Seite 90
- Tr-C Gerätturnen Seite 86

Dabei werden die 32 Lerneinheiten der Basisqualifizierung auf die Gesamtausbildung angerechnet. Lehrmaterialien inklusive.

Inhalte:

- Grundlagen zum Aufbau und Planung einer Unterrichtsstunde
- methodisches Vermitteln von Inhalten; methodische Grundprinzipien
- Trainingslehre: Prinzipien, Ziele und Wirkungen
- Grundlagen zur Haltungsschulung und Körperwahrnehmung
- passiver und aktiver Bewegungsapparat
- motorische Grundfertigkeiten, konditionelle und koordinative Fähigkeiten
- Grundlagen des Herz-Kreislaufsystems
- Musikeinsatz als methodische Hilfe
- Erste Hilfe bei Sportverletzungen
- Anforderungsprofil eines Übungsleiters/Trainers
- Ehrenkodex, Prävention sexualisierter Gewalt, Safe Sport & Körperbild
- Verbandsstrukturen

Zulassung: Vollendung des 16. Lebensjahres, Befürwortung durch einen Verein.

Basisqualifizierungen als reine Präsenzveranstaltung

Das DTB-Grundlagenbuch ist inklusive!

Region Ruhr

Informationen: Anna-Maria van den Meulenhof, vorsitzende@ert-online.de

► LG 26302021 32 LE
24. – 25.1.2026 + 31.1. – 1.2.2026
Sa 9 – 18 Uhr | So 9 – 16 Uhr
Bochum
ohne Ü/V Mitglieder 100,- / regulär 200,-

Westfälischer Turnerbund

Auf diese Basisqualifizierung folgen zeitnah das Ausbildungsprofil Tr-C Gymnastik/Rhythmus/Tanz, LG 26302071, 1. Folge 20. – 26.7.2026 siehe Seite 16.

► LG 26302060 32 LE
10. – 12.4.2026
Fr 10 – So 17 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
Ü/V Mitglieder 140,- / regulär 280,-

Region Ostwestfalen

Informationen: Ingrid Knetsch, Tel: 05254 4718, i.knetsch@ibk-online.com

► LG 25302101
8. – 9.11.2025 + 29. – 30.11.2025

► LG 26302111
10. – 11.10.2026 + 7. – 8.11.2026
jeweils Sa 8.45 – 18 Uhr | So 8.45 – 16 Uhr
Schloss Neuhaus, Turnhalle GS Bonhoeffer-Heinrich, Memelstr. 13
ohne Ü/V Mitglieder 100,- / regulär 200,-

Basisqualifizierung Blended Learning

Viele Übungsleiter und Trainer wünschten sich schon länger mehr Flexibilität in den Ausbildungen.

Durch die neue ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Blended Learning werden nun bis zu drei Tage Präsenzzeit gespart und durch entsprechende Heimarbeit bei freier Zeiteinteilung ersetzt.

So funktioniert das Online-Angebot

Die Anmeldung erfolgt im GymNet oder schriftlich. Nach der Anmeldung zum Lehrgang erhalten die Teilnehmer eine E-Mail mit dem weiteren Verfahren: d.h.

- Registrierung auf WTB-Lernplattform
- Einschreibung in den Online-Kurs

- Kontakt zum Online-Tutor

Die Registrierung im digitalen Lernzentrum des WTB erfolgt mit der Einladung ca. 5 bis 10 Tage vor Start der Online-Maßnahme. Voraussetzung zur Registrierung in der WTB-Lernplattform sind ein internetfähiges Endgerät sowie eine gültige persönliche E-Mail-Adresse.

Die Teilnehmer haben danach 21 Tage Zeit, sich die Lerninhalte anzueignen. Der Präsenztag besteht dann noch aus 8 Kerneinheiten und findet im Anschluss zum ausgewiesenen Termin statt.

Voraussetzung: Mitglied in einem Sportverein, Mindestalter 16 Jahre

ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Blended Learning

Westfälische Turnjugend

Auf diese Basisqualifizierung folgt zeitnah das Ausbildungsprofil ÜL-C Kinderturnen, LG 26601001; 1. Folge 20. – 22.2.2026 siehe Seite 76.

► LG 26611002 32 LE
Anmeldung bis spätestens 9.1.2026
Digitale Phase Start 16.1.2026
Präsenztage 7. – 8.2.2026, Sa 10 – So 13.30 Uhr,
Landesturnschule Oberwerries
Bearbeitungszeit bis 7.2.2026
Ü/V (Präsenztage) Mitglieder 140,- / regulär 280,- inkl. DTB-Grundlagenbuch

Westfälischer Turnerbund

Auf diese Basisqualifizierung folgt zeitnah das Ausbildungsprofil Tr-C Fitness & Gesundheit LG 26301021; 1. Folge 9. – 10.11.2026 siehe Seite 17.

► LG 26302090
Anmeldung bis spätestens 21.8.2026
Digitale Phase: Start 29.8. – 18.9.2026
Präsenztage: 19. – 20.9.2026, Sa 10 – So 13 Uhr,
Landesturnschule Oberwerries
Bearbeitungszeit bis 19.9.2026
Ü/V (Präsenztage) Mitglieder 140,- / regulär 280,- inkl. DTB-Grundlagenbuch

Digitaler Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild

Auf dem Deutschen Turntag 2024 wurde der Safe Sport Code verabschiedet. In einem weiteren Schritt wurde auch das Thema Körperbild & Selbstwertgefühl in die neuen DTB-Ausbildungskonzeptionen mit aufgenommen. Damit gingen Anpassungen in der

DTB-Ausbildungsordnung sowie in den Lehrgangsprogrammen aller DTB-Lizenzausbildungen einher. Aufgrund des DOSB-Stufenplanes und der DTB-Beschlüsse muss sichergestellt sein, dass die beiden Themen Safe Sport und Körperbild & Selbstwertgefühl ab dem Lizenzjahrgang 2025 verpflichtend in allen Ausbildungen unterrichtet und behandelt werden. Mit dem digitalen Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild auf der DTB-Lernplattform hat der WTB diese Themen (Umfang gesamt 3 LE) verankert und berücksichtigt. Für die spätere Lizenzausstellung müssen künftig alle Lizenzanwärter neben ihrer Lizenzausbildung einen kostenlosen Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild absolviert haben und diesen Nachweis in Form einer TN-Bescheinigung, die am Ende des Selbstlernkurses zum Download zur Verfügung steht, in ihren Dokumenten im Gymnet hochladen.

Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild

► LG 26302040
16.2.2026
Anmeldung bis 1.2.2026
digital | ohne Gebühr

► LG 26302080
29.6.2026
Anmeldung bis 14.6.2026
digital | ohne Gebühr

► LG 26302120
16.11.2026
Anmeldung bis 1.11.2026
digital | ohne Gebühr

WEITERES ANGEBOT

Co-Trainer Fitness & Gesundheit

Der Westfälische Turnerbund bietet für seine Turn- und Sportvereine eine neue kompakte Weiterbildung an. Die Idee ist, Co-Trainer für Fitness- und Gesundheitssportgruppen auszubilden. Diese können später im Verein auf verschiedene Weise mitwirken, vor allem darin, den ÜL bei seinen Angeboten zu unterstützen oder zu vertreten oder auch bei anderen Anlässen im Verein zu helfen und mitzuarbeiten. Darüber hinaus erweitern die Teilnehmenden den eigenen sportlichen Horizont und erhalten die Chance, eigene Ideen zu verwirklichen.

In einer zweitägigen Kompaktausbildung erfahren Interessierte alles Notwendige, um direkt starten zu können. Nach Abschluss erhalten die Teilnehmer das zeitlich unbegrenzte Zertifikat Co-Trainer Fitness & Gesundheit. Das Zertifikat berechtigt zur Teilnahme an den weiterführenden Lizenzausbildungen des WTB.

Aktuelle Informationen:



► LG 26302050 16 LE
Simone Becker, Merisa Rohoff
21. – 22.3.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport
Ü/V Mitglieder 144,- / regulär 288,-

► LG 26302070 16 LE
Katrin Gleitze, Jenny Cormann
27. – 28.6.2026 | Sa 11 – So 17 Uhr
Plettenberg
ÜL-C, Tr-C Breitensport
ohne Ü/V Mitglieder 60,- / regulär 120,-

Digitale Lernmöglichkeiten zum Selbststudium über Moodle im WTB

Digitales Lernen im Selbststudium, und das in eigenem Tempo, wird immer beliebter. Diese Entwicklung hat auch der WTB aufgegriffen und setzt dieses in ersten Bausteinen über die Moodle-Lernplattform um, die künftig mit weiteren Themen und Inhalten erweitert wird.

Was ist Moodle?

Moodle ist eine weltweit verbreitete Lernplattform. Sie stellt virtuelle Kursräume zur Verfügung. In diesen werden Arbeitsmaterialien und Lernaktivitäten bereitgestellt, die interaktiv und für kollaboratives Lernen optimiert sind. Der WTB nutzt diese Lernplattform und bietet derzeit folgende Moodle Kurse an:

Das Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit

Dieser Moodle-Kurs dient dazu, Informationen rund um das Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit und eine mögliche Anerkennung von Präventionsangeboten bei der Zentralen Prüfstelle Prävention interaktiv darzustellen.

Inhalte:

- Kernziele des Gesundheitssports
- Qualitätskriterien des Qualitätssiegels Pluspunkt Gesundheit
- die standardisierten DTB-Gesundheitssportprogramme
- Mehrwert für Vereine
- Leitfaden Prävention der GKV
- zentrale Prüfstelle Prävention
- Beantragung des Qualitätssiegels Pluspunkt Gesundheit
- DOSB-Qualitätssiegel Sport pro Gesundheit

Umfang: ca. 2 Lerneinheiten (90 Minuten)

Zielgruppe: Interessierte Vereine, die qualitativ hochwertige Gesundheitssportangebote anbieten möchten mit dem Mehrwert einer Kassenzuschussung für ihre Teilnehmer sowie Übungsleiter-B Sport in der Prävention.

Die Teilnahme ist jederzeit und kostenfrei möglich. Die Einschreibung kann direkt nach der Registrierung auf www.sportbildung-online.de selbst erfolgen. Hierzu am besten in der Suche den Begriff **Pluspunkt** eingeben.

ÜL-/Tr-C Basisqualifizierung

Die Basisqualifizierung ist die Grundlage und notwendige Einstiegsvoraussetzung zum Lizenzerwerb für Übungsleitende und Trainer. Sie wird als Blended Learning Veranstaltung, d.h. ein digitaler Abschnitt (Moodle-Kurs) plus ein festes Präsenzwochenende angeboten. Nach Abschluss beider Teile sind die Voraussetzungen für die Zulassung zu allen Aufbauprofilen auf der ersten Lizenzstufe (Übungsleiter-C, Trainer-C) im WTB erfüllt.

Inhalte sind:

- Anforderungsprofil von Übungsleitern und Trainern
- motorische Grundlagen/ Trainingslehre
- methodisches Vermitteln von Inhalten
- digitale Hospitation
- Ehrenkodex & Prävention sexualisierte Gewalt
- aktiver und passiver Bewegungsapparat
- Grundlagen des Herz-Kreislauf-Systems
- Erste Hilfe bei Sportverletzungen
- Grundlagen der Körperwahrnehmung und Haltung
- der WTB im Verbundsystem des organisierten Sports

Umfang: ca. 32 Lerneinheiten (1 LE = 45 Minuten).

Gebühren inkl. Wochenendlehrgang und Verpflegung: 140,- Mitglieder; 280,- regulär

Zertifikat Kinderturnen

Das Zertifikat Kinderturnen ist eine Qualifikation für alle Erwachsenen (ohne oder mit abgelaufener Lizenz), die im Verein das (Kinder-)Turnen unterstützen wollen, sowie Fachkräfte aus dem Ganztage. Das Zertifikat Kinderturnen besteht insgesamt aus:

- 1.) E-Learning 5 LE; ab 6.3.2026 – Bearbeitungszeit bis 20.3.2026
- 2.) Vielfalt erleben – Inklusion im Kinderturnen
LG 26621021; 20. – 22.3.2026
- 3.) Kinderturnen an Geräten – Turnhits für Kids
LG 26621023; 14. – 15.11.2026

Neuerdings ist das Anerkennungsmodul Basisqualifizierung (E-Learning: 10 LE) als freiwilliger und kostenloser Teil im E-Learning enthalten. Damit gilt die Basisqualifizierung vor einer WTB-Ausbildung auf 1. Lizenzstufe als absolviert.

Umfang: 35 Lerneinheiten (1 LE = 45 Minuten).

Gebühren inkl. Präsenzlehrgänge inkl. Verpflegung/Übernachtung: 210,- Mitglieder; 285,- regulär (Frühbucher Rabatt 20,- bis 28.2.2026)

Termine siehe Seite 12.

Zusatzmodul Kinderturnen

Dieser Moodle-Kurs dient zum Quereinstieg in das Aufbaumodul der Übungsleiter-Assistenten-Ausbildung.

Inhalte sind:

- Aufgabe Hospitation
- Erste Hilfe und Sichern
- der WTB im Verbundsystem des organisierten Sports

Umfang: ca. 4 Lerneinheiten.

Teilnahme am Moodle-Kurs ist jederzeit und kostenfrei möglich.

Anerkennungsmodul Basisqualifizierung ÜL-C/ Tr-C

Das Anerkennungsmodul Basisqualifizierung richtet sich an Personen, die eine der drei Vorstufenqualifikationen (Trainer-Assistenten, ÜL-Assistenten Ausbildung oder das Zertifikat Kinderturnen) abgeschlossen haben. Mit diesem E-Learning-Modul können diese Teilnehmer verkürzt die Einstiegsvoraussetzung zum Besuch der 1. Lizenzstufe erwerben.

Inhalte sind:

- motorische Grundlagen/ Trainingslehre
- aktiver und passiver Bewegungsapparat
- der WTB im Verbundsystem des organisierten Sports
- Ehrenkodex und Prävention sexualisierter Gewalt
- Grundlagen des Herz-Kreislauf-Systems
- Aufgabe: Hospitation
- Erstes Helfen und Sichern

► LG 26641016

10 LE

WTJ-Referententeam

9.1.2026 | 21 Tage

online

Mitglieder 30,- / regulär 60,-

► LG 26641017

10 LE

WTJ-Referententeam

6.11.2026 | 21 Tage

online

Mitglieder 30,- / regulär 60,-





Lizenzausbildungen

1. und 2. Lizenzstufe

Voraussetzung für alle Lizenzausbildungen

Basisqualifizierung ÜL-C, Tr-C Breitensport.

Teilnahme ab 16 Jahren möglich, Befürwortung durch einen Verein. Lizenzerhalt mit 18 Jahren.

Termine und Orte zu den Basisqualifizierungen s. S. 12.



ÜL-C Allround-Fitness Gymnastik/Turnen/Spiel

1. Lizenzstufe

Insbesondere kleine und mittelgroße Turn- und Sportvereine halten für ihre Mitglieder im sportartübergreifenden Breitensportbereich eine große Angebotspalette für deren breitgefächertes Interesse bereit. Dazu benötigen die Vereine vielseitig ausgebildete ÜL, die in der Lage sind, die häufig nachgefragten Themen aus dem Bereich des Turnens wie Gerätturnen, Fitnessgymnastik und Spiel anzubieten. Sie lernen ein vielseitiges, qualifiziertes Training im Verein selbstständig zu planen und durchzuführen. Die ÜL werden befähigt, flexibel einen Teil der Bandbreite des Turnens zielgruppen- und altersübergreifend abzudecken.

Inhalte u.a.:

- Aerobic, Fitness und Funktionsgymnastik
- Spiele und Übungsformen
- Gerätturnen (Grundlagentraining),
Bewegen an und mit Geräten
- Leichtathletik und Bewegen in der Natur
- Tanz, Bewegen mit Rhythmus und Musik
- Grundlagen der Sportmedizin und Trainingslehre
- Grundlagen der Motivation und
Bindung von Teilnehmern
- Planung und Aufbau einer Unterrichtsstunde

Region Ostwestfalen ▶ LG 26302011 90 LE

17. – 18.1.2026 + 24. – 25.1.2026 + 21. – 22.2.2026 +

7. – 8.3.2026 + 14. – 15.3.2026

Sa 8.45 – 18 Uhr, So 8.45 – 16 Uhr

Paderborn Schloss Neuhaus;

Sandbergturnhalle, Memelstraße

ohne Ü/V Mitglieder 200,- / regulär 400,-

weitere Informationen: Ingrid Knetsch, i.knetsch@

ibk-online.com

Trainer-C Gymnastik / Rhythmus / Tanz

1. Lizenzstufe

Sie suchen neue Inspirationen für Tanz- und/oder Gymnastikstunden im Verein oder möchten mal in andere Tanzstile und Bewegungsformen reinschnuppern? Dann sind Sie in dieser Trainer-C-Ausbildung genau richtig.

Diese Ausbildung gewährt einen umfassenden Einblick in die Vielfalt des Bereiches Gymnastik/Rhythmus/Tanz. Im Vordergrund stehen dabei die Vermittlung von rhythmischen, gymnastischen und tänzerischen Grundlagen sowie die Einführung in verschiedene Tanztechniken für jedes Alter wie z.B. Modern und Jazz-Dance, Showdance, Streetdance, Hip-Hop und Kindertanz. Auch Themen wie Musiklehre, Unterrichtsplanung, Entspannung und choreografische Aspekte sowie fitnessorientierte Trends im Bereich Tanzen werden behandelt.

Die Ausbildung qualifiziert angehende Trainer, ein zielgruppengerechtes, modernes Angebot für Erwachsene bzw. Ältere aber auch für Kinder und

Jugendliche im Bereich Gymnastik/Rhythmus/Tanz zu entwickeln und durchzuführen.

Voraussetzung: Basisqualifizierung ÜL-C /
Tr-C Breitensport

▶ LG 26302091 90 LE

Marlies Schmale, Georgina Smeilus

20. – 26.7.2026 + 11. – 13.9.2026

1. Folge Mo 10 – So ca. 13 Uhr

2. Folge Fr 18 – So ca. 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

mit Ü/V Mitglieder 420,- / regulär 840,-

Termine zu den Basisqualifizierungen s. S. 12

Trainer-C Fitness und Gesundheit

Fitness- und gesundheitsorientiertes Training
für Erwachsene im Verein

1. Lizenzstufe

Fitness und Gesundheit sind für viele Menschen die zentralen Motive, sich zu bewegen und Sport zu treiben. In den vergangenen Jahren ist die Fitness-Branche stark gewachsen und dadurch in allen Altersstufen zu einem sehr gefragten Thema geworden. Gestiegen ist auch der Bedarf an entsprechend qualifizierten Angeboten im Verein.

Die Ausbildung richtet sich an Traineranwärter, die Erwachsenen ein vielfältiges Angebot im fitness- und gesundheitsorientierten Sport bieten möchten. Sie lernen, ein qualifiziertes, gesundheitsorientiertes Fitnesstraining im Verein eigenverantwortlich und selbstständig zu planen, durchzuführen und dabei Spaß an der Bewegung zu vermitteln.

Inhalte: Anatomie, Physiologie, Training von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Entspannungstechniken, funktionelle Gymnastik, rhythmisch-tänzerische Angebote, Trends im Sportbereich, pädagogische Fragestellungen. Grundlagen eines ganzheitlichen gesundheitsorientierten Trainings und adäquate Trainingsprinzipien, Strukturen von Vereinen und Verbänden. Außerdem wird theoretisches Hintergrundwissen zur Planung und zum Aufbau einer Unterrichtsstunde und zur Planung von Sportkursen mit verschiedenen Zielstellungen vermittelt.

Dieser Ausbildungsgang ist der ideale Einstieg in die Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe ÜL-B Sport in der Prävention.

Voraussetzung: Basisqualifizierung ÜL-C /
Tr-C Breitensport

LG 26301031 90 LE

7. – 8.2.2026 + 21. – 22.2.2026 + 28. – 29.3.2026 +

25. – 26.4.2026 + 9. – 10.5.2026

Sa 9 – 18 Uhr, So 9 – 16 Uhr

Bochum, Turnhalle Hildegardisschule
ohne Ü/V Mitglieder 200,- / regulär 400,-
weitere Informationen: Anna-Maria van den
Meulenhof, vorsitzende@ert-online.de

▶ LG 26301021 90 LE

WTB-Referententeam

9. – 11.10.2026 + 13. – 15.11.2026 + 27.11. – 29.11.2026

+ 11. – 13.12.2026 + 15. – 17.1.2027

jeweils Fr 18 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

mit Ü/V Mitglieder 420,- / regulär 840,-

Termine zu den Basisqualifizierungen s. S. 12

ÜL-B Sport in der Prävention: Allgemeines Gesundheitstraining mit den Schwerpunkten Haltung und Bewegungssystem und Herz-Kreislauf-System

2. Lizenzstufe

Die Ausbildung qualifiziert Übungsleiter darin, präventive gesundheitsfördernde Sport- und Bewegungsangebote sowohl im Bereich Haltungs- und Bewegungssystem als auch im Bereich Herz-Kreislauf-System durchzuführen. Die ÜL werden befähigt, ihre Teilnehmer bei der Entwicklung einer gesundheitsorientierten Lebensführung begleiten zu können und diese bei der individuellen Ressourcenentwicklung unter Alltagsbezug zu unterstützen. Ein deutlicher Mehrwert der Ausbildung ist es, dass die Teilnehmer nach Abschluss der Ausbildung befähigt und berechtigt sind, Präventionsangebote sowohl im Bereich Haltung und Bewegung als auch im Bereich Herz-Kreislauf-Training anzubieten und dafür die entsprechenden Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit und Sport pro Gesundheit beantragen zu können.

Info: Finja Meininghaus, Tel. 02388 3000026.

Die digitalen Anteile der Ausbildung finden immer freitags von ca. 18 – 21 Uhr statt.

Voraussetzung: gültige ÜL-C- oder Tr-C-Lizenz;
mind. einjährige ÜL-Tätigkeit im Verein

▶ LG 26301011 80 LE

Katrin Gleitze

2. – 4.10.2026 (Präsenz) + 6.11.2026 (digital) +

7. – 8.11.2026 (Präsenz), 4.12.2026 (digital) +

15.1.2027 (digital) + 16. – 17.1.2027 (Präsenz) +

20. – 21.2.2027 (Präsenz)

1. Folge Fr 18 – So ca. 15 Uhr

2., 4. und 5. Folge Präsenzteil von Sa 9 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport/Leistungssport, ÜL-B

mit Ü/V Mitglieder 435,- / regulär 870,-



ÜL-B Sport in der Rehabilitation

Kooperation zwischen Westfälischem Turnerbund (WTB), Rheinischem Turnerbund (RTB) und Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen (BRSNW)

2. Lizenzstufe

Inhalte der Kooperation:

1. Die gegenseitige Anerkennung von ÜL-Qualifizierungen soll erleichtert und gefördert werden.
2. WTB- und RTB-Übungsleitungen mit einer ÜL-B-Lizenz Sport in der Prävention können günstig an einer Ausbildung zur DOSB-Lizenz ÜL-B Sport in der Rehabilitation teilnehmen. Nach Anerkennung als Leistungserbringer durch die Kostenträger besteht für die Vereine die Möglichkeit, Rehasportangebote über § 64 SGB IX abrechnen zu können.
3. Rehasport-ÜL aus den Vereinen des BRSNW, die im Besitz einer Lizenz in den Profilen Orthopädie oder Innere Medizin sind, können beim RTB/WTB eine entsprechende Lizenz ÜL-B Sport in der Prävention erwerben. Die Erstausstellung der Präventionslizenzen erfolgt in diesem Fall einmalig für vier Jahre. Voraussetzung für eine spätere Verlängerung der Lizenz ist es, dass der entsendende Verein in diesem Zeitraum Präventionsgruppen aufgebaut hat und diese dem WTB/RTB zuordnet und als Mitgliedsverein meldet.

Info: Stephan Gentes, Tel. 02388 300023, gentes@wtb.de

Anerkennung zur Lizenzverlängerung von Rehasport-Lizenzen des BRSNW und des LSB NRW

Ausgewählte Fortbildungsmaßnahmen des WTB werden mit dem kompletten Stundenumfang zur Lizenzverlängerung einer DOSB ÜL-B Sport in der Rehabilitation-Lizenz durch den BRSNW anerkannt. Diese Maßnahmen sind mit ÜL-B Reha gekennzeichnet. Den Kennzeichnungsschlüssel finden Sie auf Seite 100.

Auch der Landessportbund NRW erkennt diese Lehrgänge zur Verlängerung seiner Reha-Lizenz Orthopädie an.

Hinweise zur Anmeldung

Anmeldungen direkt im BRSNW-Qualifizierungsportal unter www.brsnw-qualifizierung.de. Die Anmeldungen werden unter Tarif B bearbeitet. Die Lehrgänge Block 20 und Block 30 werden ohne Übernachtung mit Mittagessen angeboten. Der Lehrgang Block 40 wird inklusive Übernachtung und Verpflegung angeboten.

Weitere Informationen: Silke Hendricks, Tel. 0203 7174157, hendricks@brsnw.de. Bei der Anmeldung bitte eine Kopie Ihrer gültigen ÜL-C-/Tr-C-Lizenz sowie eine Vereinsbestätigung beilegen.

ÜL-C Breitensport für Menschen mit Behinderung

Verkürzte Ausbildung (Block 20) – ÜL-C Breitensport für Menschen mit Behinderung 34 LE

Inhalte:

- Sportorganisation und -verwaltung
- Psychologie und Soziologie
- Didaktik/Methodik
- Übersicht über Behinderungsarten in Theorie und Praxis
- Sportpraxis
- Lernerfolgskontrollen und Hospitationen

Voraussetzung: gültige ÜL-C- oder Tr-C-Lizenz des DOSB

► LG 262022 (Block 20 BRSNW) 34 LE

BRSNW Referenten-Team
27. – 29.5.2026 | Mi 9 – Fr 18.15 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
ohne Ü mit Mittagessen
Tarif B: 210,-

► LG 262023 (Block 20 BRSNW) 34 LE

BRSNW Referenten-Team
14. – 16.9.2026 | Mo 9 – Mi 18.15 Uhr
Rheinische Landesturnschule Bergisch Gladbach,
ohne Ü mit Mittagessen
im Tarif B: 210,-

ÜL-B Sport in der Rehabilitation Orthopädie

Ausbildung (Block 30)

Inhalte:

- rechtliche Grundlagen des Rehabilitationssports
- Sportorganisation und Sportverwaltung
- Übersicht über Behinderungsarten in Theorie und Praxis
- Psychologie und Soziologie
- Methodik/Didaktik im Rehabilitationssport mit orthopädisch Betroffenen in Bezug auf Amputationen, Dismelien, Gelenkschäden, Gelenkersatz, Morbus Bechterew, Osteoporose, Wirbelsäulen-/Haltungsschäden und Krebserkrankungen
- Medizin, sportpraktische Beispiele, Trainings- und Bewegungslehre, Ernährung
- Lehrproben und Hospitationen, Lernerfolgskontrolle, Hausarbeit/Heimstudium

Voraussetzung: erfolgreicher Abschluss der Ausbildung ÜL-C Breitensport für Menschen mit Behinderung, z. B. durch den Block 20 Lehrgang

► LG 263003 (Block 30 BRSNW) 72 LE

BRSNW Referenten-Team
27. – 30.4.2026 + 18. – 21.5.2026 | Mo 10 – Do 18.15 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
ohne Ü mit Mittagessen
im Tarif B: 420,-

► LG 263010 (Block 30 BRSNW) 72 LE

BRSNW Referenten-Team
22. – 25.6.2026 + 13. – 16.7.2026, Mo 10 – Do 18.15 Uhr
Rheinische Landesturnschule Bergisch Gladbach
ohne Ü mit Mittagessen
im Tarif B: 420,-

ÜL-B Sport in der Rehabilitation Innere Medizin Ausbildung (Block 40)

Inhalte:

- rechtliche Grundlagen des Rehabilitationssports
- Sportorganisation und Sportverwaltung
- Übersicht über Behinderungsarten in Theorie und Praxis
- Psychologie und Soziologie
- spezifische Inhalte bezogen auf die Behinderungs- und Krankheitsformen Asthma/Allergien, Diabetes mellitus, Herz-/Kreislauf-Erkrankungen, Lungenerkrankungen, Nierenerkrankungen, periphere arterielle Verschlusskrankheiten
- Didaktik/Methodik, Medizin, Sportpraxis, Trainings- und Bewegungslehre, Ernährung, Notfallmanagement
- Lehrproben und Hospitationen, Lernerfolgskontrollen, Hausarbeit/Heimstudium

Voraussetzung: erfolgreicher Abschluss der Ausbildung ÜL-C Breitensport für Menschen mit Behinderung, z.B. durch den Block 20 Lehrgang

► LG 264001 (Block 40 BRSNW) 102 LE

BRSNW Referenten-Team
23. – 26.2.2026 + 16. – 18.3.2026 + 15. – 17.4.2026
Teil 1 Mo 10 – Do 17.30 Uhr, Teil 2 Mo 10 – Mi 17.30 Uhr,
Teil 3 Mi 10 – Fr 17.30 Uhr
Rheinische Landesturnschule Bergisch Gladbach
Ü/V im Tarif B: 820,-

► LG 264002 (Block 40 BRSNW) 102 LE

BRSNW Referenten-Team
15. – 18.6.2026 + 1. – 3.7.2026 + 27. – 29.7.2026
Teil 1 Mo 10 – Do 17.30 Uhr, Teil 2 Mi 10 – Fr 17.30 Uhr,
Teil 3 Mo 10 – Mi 17.30 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
Ü/V im Tarif B: 820,-

Aus- und Weiterbildungen der Gymwelt

Fitness/Aerobic/Functional Training/Outdoor-Sport

Drums Alive®-Instructor Weekend

News and Updates

Das neue Fortbildungswochenende für alle Drums Alive-Instruktoren, die mehr Wissen wollen! Mit weiterführenden praktischen und theoretischen Updates in der Welt des Tummelns. Die Weiterbildung wird in vier Blocks aufeinander aufgebaut:

Drums Alive und Fitness:

- Verfeinerung der Teaching Skills – spiegelbildliches Unterrichten

- Level- und Intensitätssteuerung unterrichten

- Gruppentraining

Drums Alive und Therapie:

- Umgang mit Modifikationen

- Nutzung verschiedener Percussion Instrumente und Geräte

Drums Alive und Pädagogik:

- Neue DRUMTASTIC Stundenbilder

- Verwendung zusätzlicher Trommelaktivitäten (Klatschen, Echo, Improvisation usw.)

Drums Alive und Gesundheit:

- Musik und der 6. Sinn – Emotion

- Vertiefung Musikanalyse in Verbindung mit Kreativität

Materialien: Das Lehrmaterial wird als Download bereitgestellt. Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Drums Alive-Instructor oder ÜL-C-/Tr-C Lizenz mit Teilnahme an einer der folgenden Drums Alive Fortbildungen: Bambini Beats, Kids Beats, DRUMTASTIC oder Golden Beats

DTB-Akademie ▶ LG 26911010 16 LE

Sharon und Frauke Jackson, Drums Alive Team

14. – 15.2.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 230,- / regulär 285,-

Ü/V Gymcard 255,- / regulär 310,- FB 10,-

Bauch – Beine – Po (BBP) Plus

Bauch – Beine – Po-Kurse sind der Dauerbrenner in jedem Verein und Fitness-Center. Das Plus steht dabei für den besonderen Schwerpunkt des jeweiligen Kurs-Profils. Erlebe einen inspirierenden Workshop zum Thema BBP mit drei spannenden Schwerpunkten wie:

- BBPC (+ Cardio)

- BBPG (+ Gelenke) und

- BBPR (+ Rücken)

Die Praxiseinheiten werden begleitet durch kurzweilige Theorieeinheiten, die auf den jeweiligen Kurs-Profil-Schwerpunkt vorbereiten.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung

DTB-Akademie ▶ LG 26911020 8 LE

Andreas Goller

8.3.2026 | So 9 – 16 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

▶ 6.3.2026 **Wirbelsäulengymnastik im Fokus – Schulter/Nacken** mit Andreas Goller

7.3.2026 **Wirbelsäule im Fokus –**

unterer Rücken mit Andreas Goller,

Ü/F 6. – 8.7.2026 für 35,- pro Nacht buchbar unter

lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 3000026

Step-Aerobic von der Pike an

Dieses Einsteigerseminar vermittelt die Grundlagen der Step-Aerobic und befähigt dazu, eigene Stunden sicher und strukturiert anzuleiten – im Einklang mit der Musik und mit motivierenden Choreografien.

Inhalte:

- Einführung in die Step-Aerobic-Geschichte, Nutzen und Trainingsziele

- Arbeiten mit Musik: Takte, Phrasen und Beats verstehen und nutzen

- Erlernen und Anwenden von Grundschritten und deren Variationen



- methodischer Aufbau von Choreografie-Elementen
- Gestaltung flüssiger Übergänge und Kombinationen
- Tipps zur Stundenplanung und Motivation der Teilnehmenden
- Sicherheit und Technik: gesundheitsbewusstes Trainieren am Step

Das Angebot richtet sich an Personen ohne oder mit nur geringer Vorerfahrung im Unterrichten von Step-Aerobic, die Methodik und Didaktik Schritt für Schritt erlernen möchten.

Am Ende des Seminars können eigene Step-Aerobic-Stunden geplant, aufgebaut und angeleitet werden – mit abwechslungsreichen Kombinationen und klarer Ausrichtung an der Musik. Die Teilnehmenden kennen die Grundschritte, können diese variieren und daraus motivierende Choreografien entwickeln – sicher, spaßbetont und musikalisch präzise.

▶ LG 26921010 15 LE

Kirsten Prinz

21. – 22.3.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,- FB 10,-

Kursleiter DanceFitness im besten Alter

DTB-Akademie ▶ LG 26913020

11. – 13.9.2026 siehe Seite 67

DTB Stretching Instructor

DTB-Akademie ▶ LG 26912180

19. – 21.6.2026 siehe Seite 36

DTB-Kursleiter flowing AthletiX®

Yoga meets Athletic

flowing AthletiX vereint das Beste aus athletischem HIIT (High intensive Intervall Training) mit Bewegungsabläufen und Atemtechniken aus dem Yoga. Es fördert gleichzeitig die Entwicklung von Kraft, Ausdauer,



Elastizität und Stabilität von Sehnen und Gelenken sowie geistige Flexibilität. Der ständige Wechsel zwischen kraftvollen, schnellen und ruhigeren, fließenden Phasen erweitert unsere Grenzen auf ganzheitlicher Ebene und verhilft sowohl unserem Körper als auch unserem Geist zu mehr Flexibilität und Balance.

flowing AthletiX schließt die Lücke für alle, die schweißtreibende Workouts lieben, aber auch etwas für ihre Beweglichkeit und Dehnfähigkeit tun wollen. So wird Verletzungen vorgebeugt, der Körper optimal gefordert, und eine schnellere Regeneration nach Workouts oder Wettkämpfen möglich.

Verschiedene Levels und Modifikationen innerhalb der Übungen machen flowing AthletiX dabei für jeden zugänglich und fordern ohne zu überfordern.

flowing AthletiX eignet sich durch seine Vielfältigkeit hervorragend zur Stressregulation.

Durch die intensiven Intervalleinheiten lassen sich Spannungen sowohl auf muskulärer, faszialer als auch emotionaler Ebene abbauen.

Inhalte:

- Einführung in die flowing AthletiX-Methode
- Einführung in die Grundlagen der Yogaflows
- Grundübungen von AthletiX
- Grundlagen und Wirkung der Atemtechniken im flowing AthletiX
- Anatomie und Trainingslehre (Muskeln, Faszien, Herz-Kreislaufsystem, Atmung)
- Sequenzierung und Stundenaufbau

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter flowing AthletiX – Yoga meets Athletic. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung

DTB-Akademie ▶ LG 26911030 25 LE

Sonja Waeger-Kuhn

17. – 19.4.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-





Fit Balance Mix – der Booster

Unser Körper braucht sowohl gezielte Herausforderungen durch Training als auch bewusste Erholung, um sich zu regenerieren und mit den Anforderungen des Alltags besser umgehen zu können. Dieser Kurs vereint beide Pole – Aktivität und Entspannung – beides wird durch Musik unterstützt. Zu motivierender Musik werden Muskelkraft und Herz-Kreislauf-Ausdauer gestärkt. Im Wechsel dazu fördern ruhige Klänge die Dehnung der Faszien und sorgen für wohltuende Entspannung. Den Abschluss bilden sanfte Qi-Gong-Elemente, die Körper und Geist zur Ruhe kommen lassen und die Regeneration begleiten.

►LG 26933010 8 LE
Silke Lenberg
 25.4.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
 Lüdenscheid
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 ohne Ü/V Gymcard 60,- /regulär 90,- FB 5,-

Outdoor Fitness – gesundes Training draußen

Dieser Tageslehrgang zeigt auf vielfältige Weise Trainingsmöglichkeiten auf, die über das klassische Walken oder Joggen an der frischen Luft hinausgehen. Die Teilnehmenden lernen Kombinationen aus den Bereichen Kraft und Ausdauer kennen, die unterschiedliche Muskelgruppen ansprechen und stärken. Bewegungselemente runden das Training im Freien zu einem perfekten ganzheitlichen und präventiven Gesundheitstraining ab.

►LG 26933020 8 LE
Julia Holzrichter
 26.4.2026 | So 10 – 17 Uhr
 Lüdenscheid
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

BIG UPDATE – Latino & Aerobic meets Bodyweight- & Rückentraining

Dieser praxisorientierte Workshop richtet sich an alle, die ihr Bewegungsangebot mit frischen Ideen und innovativen Formaten bereichern möchten. Im Fokus stehen vier aktuelle Themenbereiche, die direkt in die eigene Kursarbeit integriert werden können:

Latino & Aerobic

Mitreißende Choreografien, rhythmische Musik und jede Menge Spaß – ideal für energiegeladene Gruppenstunden mit hoher Motivation.

Bodyweight-Training

Funktionelle Übungen ganz ohne Geräte – vielseitig, effektiv und für jedes Fitnesslevel geeignet.

Modernes Rückentraining

Neue Impulse für Kräftigung, Mobilisation und Entspannung – nachhaltig und gesundheitsfördernd.

Methodik & Didaktik

Kreative und sichere Umsetzung der Inhalte für unterschiedliche Zielgruppen – praxisnah und fundiert.

Im Gegensatz zu klassischen Fortbildungen bietet dieser Workshop ein intensives Trainings- und Lernwochenende mit hohem Praxisanteil. Der erfahrene Referent José Martinez bringt über 25 Jahre Berufserfahrung ein – gebündelt in einem Format, das Inspiration, Austausch und professionelles Coaching vereint.

Ideal für alle, die ihr Repertoire erweitern, sich fachlich auffrischen und mit neuen Impulsen in ihre Kurse starten möchten.

►LG 26921020 15 LE
José Martinez
 18. – 19.4.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 Ü/V Gymcard 175,- /regulär 245,- FB 10,-

Barre Workout-Instructor

Fit und straff mit dem Trendworkout! Barre Workout ist ein gezieltes Kraft-Ausdauertraining an der Ballett Stange (auch am Stuhl möglich). Das Stabilisieren über die Stange ermöglicht einen gezielten Fokus auf die Bein- und Gesäß-Muskulatur. Elemente aus dem Trainingswissen der Tänzer und Balletttänzer treffen auf funktionelles Fitnesstraining (mit und ohne

Zusatzgeräte). Dadurch wird das Training effektiv und abwechslungsreich gestaltet. Elemente aus dem Yoga runden das Programm ab, halten den Körper geschmeidig und in Balance. Die Barre-Übungen definieren, formen und straffen den gesamten Körper.

Inhalte:

- Leitfaden zum Stundenaufbau
- Warm-up, Stretching und Cool-down
- Erlernen der Bewegungsabläufe
- Anleiten von Bewegungsabläufen
- Modifikationen für alle Fitnesslevel

Abschluss: Zertifikat Barre Workout-Instructor. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-C-/ Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung.

DTB-Akademie ►LG 26911060 15 LE
Natascha Gohl
 18. – 19.7.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 204,- / regulär 239,-
 Ü/V Gymcard 229,- / regulär 264,- FB 10,-

! ►17.7.2026 *Dance around the World mit Natascha Gohl, Ü/F vom 17. – 18.7.2026 für 35,- buchbar unter lehr-gang@wtb.de, Tel. 02388 3000026*

The Art of Aerobic

Diese Fortbildung widmet sich ganz dem Thema Aerobic – einschließlich der Varianten Dance- und Step-Aerobic.

Vermittelt werden Techniken zum strukturierten Aufbau von Choreografien, zum Einsatz von visuellem Cueing sowie zur methodischen Begleitung von Gruppen vom Anfänger- bis zum Fortgeschrittenenniveau.

Ein besonderer Fokus liegt auf der Rolle als Übungsleiter: Wie gelingt ein selbstsicherer Auftritt vor Gruppen? Wie werden Inhalte verständlich und motivierend vermittelt? Welche Faktoren tragen dazu bei, Präsenz und Energie auszustrahlen?

Die Fortbildung eignet sich sowohl für Personen mit Unterrichtserfahrung als auch für Einsteiger. Die Inhalte werden individuell angepasst und bieten Raum für persönliche Weiterentwicklung.

►LG 26921030 15 LE
Sarah Rose
 12. – 13.9.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,- FB 10,-

Drums-Alive®-Instructor

Das ganzheitliche Workout mit dem pulsierenden Trommelrhythmus



Drums Alive ist das originale, forschungsbasierte Brain-Body Trommel-, Bewegungs- und Musik-Programm, welches das körperliche, geistige und sozial-emotionale Wohlbefinden verbessert. Die Teilnehmer erleben die belebende Kraft des Tummelns, der Musik, des Rhythmus und der Bewegung!

Drums Alive für Fitness-Instruktoren, Coaches und Trainer – ein Training für den ganzen Körper – fesselnd, unterhaltsam und voller Energie!

Drums Alive für Erzieher und Pädagogen – erleben Sie, wie das Klassenzimmer zum Leben erwacht, wenn Schüler an spannenden Aktivitäten teilnehmen und ihre geistigen und körperlichen Fähigkeiten verbessern.

Drums Alive für Therapeuten – zugänglich für alle Altersklassen und Fähigkeiten, befähigt die Tn, ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen.

Inhalte:

- Modellstunden
- Drums Alive Basics: Grundpositionen und -schläge, -bewegungen und Modifikationen
- theoretische Hintergründe
- Musiklehre und Rhythmusschulung
- Drums Alive unterrichten

Umfangreiches Skript und Online-Zugang zu Videomaterial (nach Registrierung)



Zielgruppe: Übungsleiter, Trainer, Sportfachkräfte, Musik-, Tanz- und Bewegungspädagogen bzw. -therapeuten, die Drums Alive als eigenständiges Programm durchführen bzw. Programmteile in bestehende Angebote integrieren möchten.

Abschluss: Zertifikat Drums Alive-Instructor. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig. Mit diesem Zertifikat

ist der Teilnehmer berechtigt, Kurse unter dem Namen Drums Alive anzubieten.

Voraussetzung: Keine. Hilfreich ist ausreichend Musik- und Rhythmusgefühl, Vorkenntnisse im Bereich der Aerobic-Schritte und bestenfalls Unterrichtserfahrung

DTB-Akademie ▶ LG 26911070 15 LE
Sharon Jackson, Frauke Jackson
 19. – 20.9.2026 | Sa 10 – 18.30 Uhr + So 9 – 14.30 Uhr
 37671 Höxter; Petrischule Katholische Grundschule,
 An der Petrischule 17
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 ohne Ü/V Gymcard 205,- / regulär 260,- FB 10,-

- ! **Günstige Übernachtungsmöglichkeiten vor Ort zur Selbstbuchung:**
 Hotel Corveyer Hof, Westerbachstr. 29, 37671 Höxter
 Tel. 05271 97710, hotelcorveyerhof@t-online.de
 Hotel Stadt Höxter, Uferstraße 4, 37671 Höxter
 Tel. 05271 69790, info@hotel-stadt-hoexter.de

WORLD JUMPING® Basic

Die WORLD JUMPING Basic-Ausbildung ist das Fundament für alle weiteren Fortbildungen in andere Stilrichtungen. Es werden alle Grundübungen auf dem Trampolin, das entsprechende verbale und nonverbale Cueing, das richtige Einweisen ins Gerät, Haltung und Technik sowie alles rund um die Tätigkeit

als Kursleitung vermittelt. Im Vordergrund steht das korrekte und gesundheitsorientierte Anleiten und die Durchführung einer WORLD JUMPING-Stunde. Der Spaß soll dabei nicht zu kurz kommen und ebenso vermittelt werden. Es wird gezeigt, wie Trainer ihre Teilnehmenden auch in anstrengenden Trainingsphasen mit guter Laune durch die Stunde führen und motivieren können.

Voraussetzung: Keine. Das Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder eine ÜL-C-/ Tr-C-Ausbildung wird empfohlen

DTB-Akademie ▶ LG 26911080 25 LE
Jasmin Melcher, WORLD JUMPING Akademie
 14. – 15.11.2026 | Sa 10 – So ca. 14 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 344,- / regulär 354,-
 Ü/V Gymcard 369,- / regulär 379,- FB 10,-

DTB-Kursleiter Fit mit LineDance Fitness auf der ganzen Linie

DTB-Akademie ▶ LG 26913030
 27. – 29.11.2026 siehe Seite 62



AUSBILDUNG FUNCTIONAL TRAINING

4xF Functional Training Coach (DTB)

Functional Training ist eine Trainingsmethode, bei der die unterschiedlichen Muskelgruppen nicht isoliert, sondern – integriert in unterschiedliche Bewegungsmuster – trainiert werden. Durch das Training in Muskelketten – das sind Muskeln bzw. Muskelgruppen, die erst durch ihr Zusammenspiel komplexe Bewegungen erzeugen – verbessern sich deren Zusammenarbeit und somit auch Leistungsfähigkeit sowie Funktionalität. Dies kommt sowohl Athleten als auch Freizeitsportlern und normalen Endverbrauchern zugute, da sich das Konzept des Functional Trainings sehr stark an der Funktionalität von Alltags- und Sportbewegungen orientiert.

Der 4XF Functional Training Coach ist eine modulare Zertifikatsweiterbildung, die sich aus einem Pflicht- sowie Wahlmodulen zusammensetzt.

Voraussetzung: DTB-Akademie-Trainerausbildung, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium.

Zunächst muss das Pflichtmodul 4XF Functional Training Basic (17 LE) absolviert werden. Anschließend kann aus verschiedenen fachspezifischen Modulen gewählt werden:

- 4XF Instructor CrossTraining (20 LE)
- 4XF Instructor Core & Stability (10 LE)
- 4XF Instructor ToughClass (10 LE)
- 4XF Instructor Outdoor FitCamp (10 LE)
- 4XF Instructor Kettlebell-Training (10 LE)
- 4XF Instructor Mobility (10 LE)
- 4XF Advanced Exercises (8 LE)
- 4XF Athletic für Einzelpersonen & Mannschaften (8 LE)
- 4XF Screens & Correct Exercises (8 LE)
- 4XF Programming (8 LE)

Abschluss: Sobald das Pflichtmodul und mindestens 36 Lerneinheiten mittels Wahlmodulen absolviert wurden, wird das Zertifikat 4XF-Functional Training Coach (DTB) ausgestellt. Dieses ist unbegrenzt gültig.

Functional Training Tagesfortbildungen

Um das erworbene Grundwissen zu festigen, zu erweitern und zu aktualisieren empfehlen wir weiterführende Fortbildungen. Nähere Infos zu umfangreichen Fortbildungstools finden Sie im DTB-Akademieprogramm 2026 unter www.dtb-akademie.de

Instructor Functional Training Basic

Einstiegs- und Pflichtmodul

In dieser Weiterbildung werden Basisübungen und Basic Workouts zur Steigerung von Flexibilität, Schnelligkeit, Stabilisation und Rumpfkraft (Core), Kraft, Koordination und Ausdauer vermittelt. Zudem erfolgt eine

DTB-Akademie



Ausbildungsweg Functional Training

4XF Functional Training Coach (DTB)

Wahlmodule mind. 36 LE

20 LE
je 10 LE

- CrossTraining
- Core & Stability
- Functional for Teens
- Kettlebell-Training
- Mobility
- Outdoor FitCamp
- Advanced Exercises
- Athletic-Training
- Screens & Correct Exercises
- ToughClass
- Programming

je 8 LE

17 LE

Pflichtmodul Functional Training Basic

Voraussetzungen

- Basismodul Fitness & Gesundheitstraining oder
- Basismodul GroupFitness oder
- Basismodul Fitnesstraining Studio oder
- ÜL-/Tr-Lizenz oder
- adäquate professionelle Ausbildung/Studium durch Zusendung der entsprechenden Nachweise

Einführung in ein Gesundheitssportprogramm, das nach § 20 SGB V Absatz 1 bezuschungsfähig und von der ZPP und den Krankenkassen für die Durchführung im Verein und bei kommerziellen Anbietern anerkannt ist. Das Konzept Funktional trainieren und kräftigen besteht aus 10 Kurseinheiten und ist als Einstiegsprogramm konzipiert worden.

Inhalte:

- die 4XF Functional Training Philosophie
- Grundlagen des Functional Trainings
- Trainingsmethodik
- Gestaltung einer Trainingseinheit
- einfache Trainingsprogramme
- Intervall- und Zirkeltraining
- Trainingsgeräte und /Tools
- dynamisches Aufwärmen, Mobility, Cool-Down
- grundlegende Progressionen erlernen

Das Lehrmaterial wird als Download zur Verfügung gestellt.

Abschluss:

- Zertifikat 4XF Instructor Functional Training Basic. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.
- Zertifikat über die Einweisung in das stand. Kursprogramm Funktional trainieren und kräftigen (nur für 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention sowie sportfachliche Ausbildung/ Studium), das nach § 20 SGB V Absatz 1 bezuschungsfähig und von der ZPP und den Krankenkassen für die Durchführung im Verein anerkannt ist.
- Zertifikat über die Einweisung in das stand. Programm Funktional trainieren und kräftigen, das von der ZPP und den Krankenkassen für die Durchführung bei kommerziellen Anbietern anerkannt ist.

DTB-Akademie ▶ LG 26911040 17 LE

Antje Hammes

12. – 13.6.2026 | Fr 16 – Sa 20 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 260,- / regulär 300,-

Ü/V Gymcard 285,- / regulär 325,- **FB 10,-**

4XF WAHLMODULE

4XF Instructor Mobility

Mobility wird oft mit Beweglichkeit übersetzt, aber es ist bei weitem mehr, als dieser Begriff suggeriert. Denn Beweglichkeit ist von vielen Faktoren abhängig: von der knöchernen Struktur der Gelenke, vom Kapsel- und Bandapparat, von Bindegewebe und Faszien, von Muskelkraft und Muskelelastizität/-beweglichkeit und deren neuronaler Ansteuerung etc.

Mobility-Training zielt unter anderem darauf ab, muskuläre Verspannungen zu mindern, Bewegungseinschränkungen zu beseitigen, die neuromuskuläre Koordination zu verbessern, die Range of motion (ROM), also die Bewegungsamplitude, zu erhöhen, die Körperhaltung zu optimieren sowie die körpereigene Widerstandskraft gegen äußere Reize zu steigern.

Wie überall im Functional Training gilt hier: Bewegungen und nicht Muskeln trainieren!

Das Lehrmaterial wird als Download bereitgestellt.

Inhalte:

- Differenzierung Gelenkigkeit und Beweglichkeit
- dynamisches Aufwärmen und Mobilitätsübungen
- Range of motion (ROM)
- Integration in Trainingsplanungen und -stunden

Abschluss: Zertifikat 4XF Instructor Mobility.

Voraussetzung: 4xF Instructor Functional Training (Basic)

DTB-Akademie ▶ LG 26911050 10 LE

Antje Hammes

14.6.2026 | So 9 – 18 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 140,- / regulär 175,- **FB 5,-**

4XF Screens & Correct Exercises

Tests und Screenings bilden im Functional Training die Grundlage der Trainingsplanung. Die Ermittlung individueller Kraft-, Mobilitäts-, Stabilisations- und Koordinationsfähigkeit ist der Ausgangspunkt für eine gezielte Übungsauswahl und Übungskorrektur.

Anhand aufgedeckter Schwachstellen können differenzierte Trainingsprogramme entwickelt, angepasst und variiert werden. Dies dient sowohl einer effektiven Leistungsverbesserung als auch einer wirksamen Verletzungsprophylaxe. In dieser 4XF-Weiterbildung werden verschiedene grundlegende Screenings vorgestellt werden, um Trainer einen konkreten Einblick mit direktem Praxistransfer in diese weite Thematik zu geben.

Inhalte:

- Vorstellung unterschiedlicher Tests und Screenings
- Ermittlung individueller Kraft-, Mobilitäts-, Stabilisations- und Koordinationsfähigkeit mittels Einzeltests und Testbatterien
- Anwendung in Einzel- und Gruppenformaten
- Anwendung im Sport- und Fitnessbereich
- Beispiele zur Erstellung differenzierter Trainingsprogramme

Das Lehrmaterial wird als Download zur Verfügung gestellt. Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: 4xF Instructor Functional Training (Basic)

DTB-Akademie ▶ LG 26911051 8 LE

Christoph Weber

11.7.2026 | Sa 10 – 17 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 99,- / regulär 129,- **FB 5,-**

▶ 12.7.2026 4XF Instructor Kettlebell-Training mit Christoph Weber, Ü/F vom 11. – 12.7.2026 für 35,- buchbar unter lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 3000026

4XF Instructor Kettlebell-Training

Im Functional Training stellt das Üben mit freien Gewichten einen Schwerpunkt dar. So rücken freie Gewichte wie Langhantel, Kurzhanteln oder Kettlebells in den Vordergrund.

Diese Weiterbildung führt in die Benutzung der Kugelhantel ein, zeigt die grundlegenden Übungen, erläutert die wichtigsten Techniken und gibt Raum diese Techniken zu erlernen. Zudem wird ein differenzierter methodischer Trainingsaufbau anwendungsnah vermittelt.

Inhalte:

- Beweglichkeit als Aspekt der körperlichen Leistungsfähigkeit



- Handhabung von Kettlebells und Sicherheitsaspekte
 - Exkurs: dynamisches Aufwärmen und Mobilitätsübungen
 - Auswahl von ballistischen und nicht-ballistischen Übungen mit der Kettlebell
 - Exkurs: Trainingsplanung und Einsatz von Kettlebells im Athletik- und Fitnesstraining
- Das Lehrmaterial wird als Download zur Verfügung gestellt. Abschluss: Zertifikat 4XF Instructor Kettlebell-Training. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: 4xF Instructor Functional Training (Basic)

DTB-Akademie ▶ LG 26911052 10 LE

Christoph Weber

12.7.2026 | So 9 – 18 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 140,- / regulär 175,- **FB 5,-**

WEITERE 4XF WAHLMODULE

Nähere Informationen und Termine zu weiteren Wahlmodulen finden sie unter www.dtb-akademie.de oder im DTB-Akademieprogramm 2026.



Aus- und Weiterbildungen der Gymwelt

Gesundheitssport

Bewegungsexperte im Alterungsprozess Antara® Age

Grundlagen Antara Basic

DTB-Akademie ▶ LG 26912021

31.1. – 1.2.2026 siehe Seite 66

Qi Gong & Taiji Quan zum Kennenlernen

Gesundheitsfördernde Geschwister aus China

In diesem Workshop erhalten die Teilnehmer Einblicke in die vielfältige und alte Übungskultur zur Lebenspflege in China. Dazu werden verschiedene Aspekte des Qi Gong und Grundlagen der Solo- und Partnerübungen des Taiji Quan erprobt, die sich auch gut in den jeweiligen Vereinsgruppen anwenden und einbinden lassen.

Beides bietet einen pragmatischen Ansatz für ein umfassendes fasziensorientiertes, gesundheitsförderndes Training von Körper, Herz und Geist.

Ohne viel Umstände lässt sich im Sinne des Qi Gong und Taiji Quan üben, jeder hat jederzeit alles dabei, was dafür nötig ist.

Inhalte:

- Was ist Qi Gong / Taiji Quan, was ist der Unterschied?
- Grundübungen zum Loslassen (Fang Song Gong), Sammeln (Dantian Gong) sowie Selbstmassagen (An Mo)
- Sitzen, Stehen, Gehen
- Prinzipien natürlicher Bewegung und das myofasziale Modell
- eine kleine Qi Gong-Übungsform
- Solo- und Partnerübungen im Taiji Quan

Der Lehrgang wird in Kooperation mit dem Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan (DDQT) durchgeführt und von qualifizierten Ausbildern des DDQT geleitet. Infos zum DDQT unter: <https://ddqt.de/>

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/ Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ▶ LG 26912030 15 LE

Christian Auerbach, Ausbilder im DDQT

7. – 8.3.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

V Gymcard 204,- / regulär 239,-

Ü/V Gymcard 229,- / regulär 264,- FB 10,-



Wirbelsäule im Fokus Schulter/Nacken

Die Schulter bietet in der Wirbelsäulengymnastik eine Vielzahl von Bewegungsideen und -möglichkeiten. Zum einen soll sie beweglich und mobil sein, zum anderen muss sie kraftvoll stützen oder heben können. Zusammen mit dem Nacken und dem oberen Rücken ist die Schulter oft Ausgangspunkt für verschiedene Beschwerden (Arthrose, Impingement, Verspannung). In dieser Fortbildung stellt Andreas Goller diese komplexen Strukturen und die häufigsten Beschwerdebilder vor. Innovative und inspirierende Praxis-Stundenbilder begleiten durch den Tag.

Das Lehrmaterial wird als Download bereitgestellt.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ▶ LG 26912040 8 LE

Andreas Goller

6.3.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

▶ 7.3.2026 *Wirbelsäule im Fokus – unterer Rücken* mit Andreas Goller, Ü/F vom 6. – 7.3.2026 für 35,- buchbar unter lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 3000026.

Wirbelsäule im Fokus – unterer Rücken

Der untere Rücken umfasst den Bereich zwischen dem ersten Lendenwirbel und dem Kreuzbein. Aufgrund sitzender Tätigkeit, Bewegungsarmut und einseitiger Belastung kommt es häufig zu Beschwerden in dieser Region. Aber welche Übungen machen Sinn? Was tun bei Bandscheibenvorfall, Gleitwirbel und Co? Erlebe einen inspirierenden Tag zu diesem spannenden Thema. Die drei Praxis-Beispiele werden das Gelernte vertiefen und Dir viele neue Ideen für Deine Kurse geben.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium; möglichst Erfahrung im Unterrichten von Wirbelsäule, BBP, Pilates, Barfußtraining

DTB-Akademie ▶ LG 26912050 8 LE

Andreas Goller

7.3.2026 | Sa 10 – 17 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

▶ 8.3.2026 *Bauch Beine Po (BBP) Plus* mit Andreas Goller, Ü/F vom 7. – 8.3.2026 für 35,- buchbar unter lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 3000026

Koordination gezielt fördern – für mehr Sicherheit und Bewegungsqualität im Alltag und Sport

In dieser Übungsleiterfortbildung stehen koordinative Fähigkeiten im Mittelpunkt, die sowohl im Sport als auch im Alltag eine zentrale Rolle spielen. Inhalte wie Auge-Hand-Koordination, Fußmotorik, Reaktionsfähigkeit, Gleichgewicht und komplexe Bewegungsabläufe werden praxisnah vermittelt. Eine gute Koordination verbessert nicht nur die Bewegungsqualität, sondern trägt auch wesentlich zur Verletzungsprävention bei. Die Teilnehmenden lernen, wie diese Fähigkeiten gezielt und altersgerecht – etwa mit Erwachsenen oder Seniorinnen – trainiert werden können. Neben theoretischen Grundlagen liegt der Fokus auf direkt umsetzbaren Übungsformen für verschiedene Zielgruppen. Die Fortbildung richtet sich an Übungsleiterinnen und alle, die ihre Angebote sinnvoll erweitern möchten.

▶ LG 26936020 8 LE

Michelle Wegner

8.3.2026 | So 9.30 – 16.30 Uhr

Bielefeld

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

Entdecke deinen Beckenboden

Sensibilisierung für den eigenen Körper

Wer sich auf die Entdeckung des Beckenbodens einlässt, erkennt schnell die zentrale Bedeutung dieser Körperregion für ein gesundheitsbewusstes Training – unabhängig vom Alter. Im Fokus steht nicht ein schweißtreibendes Workout, sondern die Sensibilisierung für die Körpermitte und das Verständnis der Verbindung des Beckenbodens zu anderen Körperregionen.

Dieser praxisnahe Lehrgang vermittelt die Aufgaben des Beckenbodens und zeigt, wie er gespürt, mobilisiert, gekräftigt und entspannt werden kann.

Ziele sind das Kennenlernen leicht umsetzbarer Übungen für die Sportstunde sowie alltagstauglicher Ideen zur Entlastung des Beckenbodens – sowohl im Alltag als auch im Sport.

▶ LG 26939010 8 LE

Bettina Blumenkamp

14.3.2026 | Sa 10 – 17 Uhr

Warstein

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-



Core-Training: Tiefenmuskulatur, Haltung & Balance

Ein starker und stabiler Rumpf bildet die Grundlage für gesunde Bewegung, körperliche Leistungsfähigkeit und effektive Verletzungsprävention – im Alltag, im Sport und in der Rehabilitation.

Diese praxisorientierte Fortbildung legt den Fokus auf das Zusammenspiel von Tiefenmuskulatur, Haltungskontrolle und funktioneller Stabilität.

Nach einem kurzen theoretischen Einstieg zur Bedeutung der Core-Stabilität für Gesundheit und Bewegung steht die praktische Umsetzung im Mittelpunkt. Vermittelt werden gezielte Übungen zur Kräftigung der tiefen Rumpfmuskulatur – mit dem Balance Pad von TOGU und ohne Geräte – sowie funktionelle Trainingsansätze zur Verbesserung von Gleichgewicht, Koordination und Körperkontrolle.

Varianten und Progressionen ermöglichen eine individuelle Anpassung an unterschiedliche Zielgruppen.

Ziele der Fortbildung sind die Vertiefung der fachlichen Kompetenz im Bereich Core-Stabilität, die Erweiterung des Übungsrepertoires sowie ein sicherer Umgang mit funktionellen Trainingsmethoden zur Rumpfstabilisation. Zahlreiche praxisnahe Übungsideen lassen sich direkt in bestehende Kursformate integrieren.

►LG 26935010 8 LE
Katharina Brüggemann
 21.3.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
 Iserlohn
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-



DTB-Kursleiter Walking & Nordic-Walking

*Ganzheitliches Fitnessstraining für
Herz-Kreislauf und Muskulatur*

Die Ausbildungsinhalte richten sich an gesunde körperlich belastbare Teilnehmer. In dieser Weiterbildung erlernen Sie die richtigen Techniken von Walking und Nordic-Walking. Es werden standardisierte Kurskonzepte vermittelt. Diese bestehen aus 8, 10 oder 12 Kurseinheiten und sind nach § 20 SGB V Absatz 1 von den Krankenkassen anerkannt und somit bezuschussungsfähig, sofern die Kursleitung die notwendige Qualifikation besitzt.

Inhalte:

- Herz-Kreislauf-Training, Trainingssteuerung und -gestaltung
- Erlernen von Techniken und Varianten, Koordinationsübungen und Gehschule
- Walkingtest
- Trainingssteuerung und -gestaltung
- Mobilisation und Aufwärmen
- trainingsbegleitende Dehn-, Kräftigungs- und Entspannungsbungen
- Bewegungskorrektur
- Planung und Durchführung eines Walking-/Nordic-Walking-Kurses
- Einführung in die standardisierten Kursprogramme Walking und mehr sowie Nordic-Walking

Inkl. Kursmanual und Lehrmaterialien. Wenn vorhanden, eigene Nordic-Walking-Stöcke mitbringen.

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter Walking & Nordic-Walking. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Zertifikat über die Schulung als Kursleiter (nur für 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention sowie sportfachliche Ausbildung/Studium) für die standardisierten und wissenschaftlich überprüften Gesundheitssportprogramme Walking sowie Nordic Walking, das nach § 20 SGB V Absatz 1 bezuschussungsfähig und von der ZPP und den Krankenkassen für die Durchführung im Verein anerkannt ist.

Voraussetzung: ÜL-C-/Tr-C-Lizenz, sportfachliche Ausbildung/Studium oder gleichwertige Qualifikation auf Anfrage

DTB-Akademie ►LG 26912070 25 LE
Jens Nußbaum
 17. – 19.4.2026 | Fr 18 – So 16 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 270,- / regulär 315,-
 Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-



Stretch & Mobility – Beweglichkeit erleben

Warum Stretching & Mobility im Sport unverzichtbar sind und was das alles mit Faszientraining zu tun hat

Wer mehr aus seinem Training herausholen will, kommt an gezieltem Stretching und Mobility-Training nicht vorbei. Beweglichkeit ist die Grundlage für eine saubere Technik, bessere Leistung und langfristige Gesundheit im Sport. Insbesondere das Faszientraining, aktuell in aller Munde, ergänzt klassische Dehnmethoden perfekt. Verklebte Faszien können Bewegungen einschränken, Schmerzen verursachen und die Regeneration behindern. Durch gezielte Mobilisations- und Dehnübungen fördern wir Elastizität, Geschmeidigkeit und ein besseres Körpergefühl für mehr Leistung, weniger Verletzungen und ein neues Bewegungsbewusstsein.

►LG 26937010 8 LE
Kirsten Prinz
 19.4.2026 | So 10 – 17 Uhr
 Münster
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

DTB-Kursleiter Gleichgewicht und Stabilisation

Die Weiterbildung richtet sich an Trainer, die das bedeutsame Themenfeld Gleichgewicht und Stabilisation im Rahmen eines gesundheitlich orientierten Trainings integrieren bzw. vertiefen wollen. Die beiden Begriffe aus der Bewegungs- und Trainingslehre werden in Theorie und Praxis genau betrachtet: Das Gleichgewichtstraining, speziell als ein Bereich der Koordinationsfähigkeit, und das Stabilisationstraining im Rahmen des Aufbaus der Kraftfähigkeiten. Um das Thema ganzheitlich zu begreifen – im Gleichgewicht sein – wird die Bedeutsamkeit der Füße im System des Haltungs- und Bewegungsapparates betrachtet.

Inhalte:

- Vermittlung theoretischer Modelle und Grundlagen für die Bewandnis von Gleichgewicht und Stabilisation
- Übungen zur Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten
- Stabilisationstraining / segmentale Stabilisation
- Gleichgewicht und Stabilisation im Rahmen des Rückentrainings
- Praxisanregungen mit und ohne Geräte, Kennenlernen und Wirkungen unterschiedlicher Trainingsgeräte, Herausforderungen
- kurzer medizinischer Einblick in sonstige Gründe für Gleichgewichtsstörungen
- Vermittlung der Zusammenhänge des Fußes als Fundament und Ausgangspunkt für Körperspannung und Gleichgewicht
- Übungen für die Fußmuskulatur und optimierte Fußstellung
- Modellstunden

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter Gleichgewicht und Stabilisation. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig
 Zertifikat über die Schulung im standardisierten Kursprogramm Gesundheitstraining *Mit Vielseitigkeit zu mehr Kraft und Beweglichkeit* (nur für 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention sowie sportfachliche Ausbildung/Studium) das nach § 20 SGB V Absatz 1 bezuschussungsfähig und von der ZPP und den Krankenkassen für die Durchführung im Verein anerkannt ist.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ►LG 26912080 15 LE
Corinna Michels
 25. – 26.4.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, Tr-C Leistungssport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 204,- / regulär 239,-
 Ü/V Gymcard 229,- / regulär 264,- FB 10,-

Fit Balance Mix – der Booster

►LG 26933010

25.4.2026 in Lüdenscheid siehe Seite 22

Outdoor Fitness – gesundes Training draußen

►LG 26933020

26.4.2026 in Lüdenscheid siehe Seite 22

DTB-Neuro-Instructor

Neurozentriertes Training ist seit einigen Jahren ein wichtiges Thema, welches nicht nur die Fachwelt beschäftigt, sondern auch Einzug im Fitness- und Breitensport hält und Trainer in Vereinen und Studios einen neuen Blick auf das Sporttreiben geben kann.

Neurozentriertes Training legt – im Gegensatz zu vielen anderen Trainingsmethoden – den Fokus nicht rein auf Muskeln, Faszien, Bänder und Knochen, sondern auf das Gehirn bzw. Nervensystem und die Vernetzung mit dem Bewegungssystem. Für jede Bewegung, die der Körper ausführt, benötigt das Nervensystem verschiedene sensorische Informationen, die es auf unterschiedliche Weise aufnimmt. Dabei spielt das visuelle (Augen), vestibuläre (Gleichgewicht) und propriozeptive System (Körperwahrnehmung) eine entscheidende Rolle. Je klarer diese Reize gesendet werden, umso besser können die Informationen anschließend verarbeitet werden und zu einem guten Ergebnis (Bewegung) führen.

In der Weiterbildung zum Neuro-Instructor wird praxisnah vermittelt, wie das Gehirn Bewegung steuert – und wie Sie als Trainer dieses Wissen nutzen, um die Bewegungsqualität Ihrer Teilnehmenden gezielt zu verbessern. Mit vielen aktiven Praxiseinheiten

lernen Sie, wie neurozentrierte Impulse ganz einfach in bestehende Übungen und Kursformate integriert werden können. Ob GroupFitness-Formate wie BBP, Functional Training, Faszien oder Fitnessstraining – diese Weiterbildung bringt frischen Wind in Ihre Stunden und viele Aha-Momente! Werden Sie kreativ, entwickeln Sie eigene neurobasierte Übungsprogramme und inspirieren Sie Ihre Teilnehmenden mit neuen Impulsen.

Das Lehrmaterial wird als Download bereitgestellt.

Abschluss: Zertifikat DTB-Neuro-Instructor. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ►LG 26912090

40 LE

Diana Clar

30.4. – 3.5.2026 | Do 13 – So 16 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

V Gymcard 430,- / regulär 510,-

Ü/V Gymcard 505,- / regulär 585,-

FB 20,-

Stretching Praxistag mit Karin Albrecht

Techniktraining und Übungsideen

Mit zwei Beispiellektionen kann an der eigenen Technik und den Übungsanleitungen gearbeitet werden. Bei Bedarf können Varianten und eigene Übungen analysiert werden.

Zusätzlich wird das einfache klassische Aufwärmen aufgebaut und kreativ erweitert.

Ein schöner Praxistag für alle Absolventen des Stretching Instructors.

Voraussetzung: Stretching Instructor

DTB-Akademie ►LG 26912100

8 LE

Karin Albrecht

1.5.2026 | Fr 9 – 16 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

V Gymcard 104,- / regulär 134,-

FB 5,-

Atmung im Gesundheitstraining

Atmung – so könnte man vermuten – sollte das Einfachste im Leben sein. Denn wie für die Körperhaltung ist auch für die Atmung ein funktionierendes Urmuster im Gehirn angelegt, welches perfekt funktioniert – solange es funktioniert. In den unterschiedlichen Atemkonzepten sprechen die einen davon, dass der Mensch zu wenig atmen würde, andere wiederum behaupten, er atme zu viel. Einigkeit scheint nur darüber zu bestehen, dass eigentlich jeder Mensch falsch atmet. Das mag erstaunen, da wir ohne das Atmen gar nicht überleben könnten.

Wie sind diese Aussagen zu bewerten? Was könnten mögliche Auslöser für ein falsches Atmen sein und wie können wir dem im Training sinnvoll begegnen?

In diesem Workshop erarbeiten wir kurz Zusammenhänge zwischen Gesundheit, der Atmung und dem Wohlbefinden. Dabei geht es nicht um Atemtherapien im engeren Sinne, sondern darum, welche Übungen für das Training sinnvoll sind und wie wir diese optimal und einfach in ein Training integrieren können.

DTB-Akademie ►LG 26912110

8 LE

Karin Albrecht

4.5.2026 | Mo 9 – 16 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

V Gymcard 104,- / regulär 134,-

FB 5,-

Gut zu Fuß

Die Basis für einen schmerzfreien Bewegungsapparat

Ein gut aufgestellter Fuß bildet die Basis, die Wurzel unseres Standes und Ganges. Gesunde Füße können dazu beitragen Knie-, Hüft-, Rückenschmerzen zu mindern. Wir werden im Workshop einen Blick auf die Anatomie werfen – uns bedeutsame Fehlstellungen anschauen – und dann viele Übungen machen, die helfen ein besseres Gefühl für unsere Füße zu entwickeln.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-C-/Tr-C-Lizenz



DTB-Akademie ►LG 26912120

8 LE

Anne-Mireille Giermann

8.5.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

V Gymcard 104,- / regulär 134,-

FB 5,-

► 9. – 10.5.2026 Meditation und Achtsamkeit – Gelassenheit finden und im Dialog mit dem Körper zu mehr Selbstwahrnehmung Plus mit Anne-Mireille Giermann, Ü/F für 35,- buchbar unter lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 3000026. !

Meditation und Achtsamkeit

Gelassenheit finden und im Dialog mit dem Körper zu mehr Selbstwahrnehmung

Die Meditation zeigt uns als Lehrmeisterin des Lebens, wie wir uns aus gedankenlosen Gewohnheitsmustern befreien und durch achtsame Körperwahrnehmung den Begleiterscheinungen von Stress genauer begegnen können. Mehr Achtsamkeit führt zu mehr Verantwortung für unser Handeln, indem wir lernen, tatsächliche Erfahrung, inneres Erleben und deren Interpretation zu unterscheiden. Gleichzeitig kommuniziert unser Körper ständig mit uns – oft bleiben seine Botschaften unbemerkt, bis eine Erkrankung eintritt. Lernen wir uns auf unsere Körperweisheit zu verlassen, unsere Bedürfnisse zu verstehen und unsere Genesung aktiv mitzugestalten, eröffnet sich ein Weg zu einem neuen Körperempfinden. Unterstützt durch praktische Übungen, Atemtechniken, Affirmationen und Meditation verbinden sich diese Ansätze zu einem ganzheitlichen Erleben.



Schwerpunktsetzung: Meditation an Tag 1 und Achtsamkeit an Tag 2, um gezielt beiden Themen Raum zu geben und so den Teilnehmern eine tiefgreifende Selbsterfahrung zu ermöglichen.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-C-/Tr-C-Lizenz

►LG 26912130 15 LE
Anne-Mireille Giermann
 9. – 10.5.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 204,- / regulär 239,-
 Ü/V Gymcard 229,- / regulär 264,- FB 10,-

DTB-Kursleiter FASZIO® Training Kompaktausbildung

Teil I Basis und Teil II Aufbau

Siehe den Körper aus der FASZIO Perspektive: 7 + 5 = 1. Das bedeutet, wir nutzen 7 Strategien und 5 Leitbahnen für die Gesunderhaltung unserer 1 Faszie. Die Anforderungen des digital geprägten 21. Jahrhunderts sind ein Relaunch unserer ursprünglichen Bewegungsvielfalt und dem Bewusstwerden der eigenen Persönlichkeit. Das fasziale Netz wird in den Vordergrund gestellt, da seine freie Funktionsfähigkeit Voraussetzung für einen uneingeschränkten Bewegungsapparat und gesunden Organismus ist. Mit Hilfe der 7 Strategien wird auf die anatomisch-funktionellen Ausrichtungen des Körpers und dessen individuelle Konstitution eingegangen. Durch den Einsatz vielfältiger Bewegungsqualitäten und -räume wird eine effiziente, ökonomische und gesunderhaltende Körperdynamik entwickelt. Ein besonderer Aspekt bei der ganzheitlichen Betrachtung spielen die 5 Leitbahnen nach FASZIO, welche eine tragende Rolle bei der Entwicklung von faszialen Workouts einnehmen.



Ziele dieses Trainingskonzeptes sind körperliche und geistige Fitness, erfrischendes Wohlbefinden in jedem Alter sowie das Ausstrahlen einer vitalen Lebensfreude. Brandneues Wissen über Faszien wird in spannende, überraschende und reichhaltige Bewegung umgesetzt. Gemäß dem Motto „Wisse, was du tust, dann kannst du machen, was du willst!“ werden in der Kursleiter-Ausbildung komplexe Körperzusammenhänge allgemeinverständlich vermittelt.

FASZIO kann als eigenständiges Kursformat praktiziert oder als Bestandteil in bekannte Bewegungsformen und Sportarten integriert werden und bereichert den Alltag. Die abschließende Supervision zum Ende der Ausbildung bietet Raum zum selbstständigen Anwenden des Gelernten.

Inhalte:

Teil 1

- umfangreiche fasziale Grundkenntnisse
- Vorstellung der 7 FASZIO Strategien
- Modell der 5 Leitbahnen
- typologisches Faszientraining
- Entdecken von ungewöhnlichen Bewegungsmöglichkeiten
- Förderung der Bewegungskompetenz und Leistungsfähigkeit
- Praxisbeispiele und Musterstunden

Teil 2

- Vertiefung der faszialen Zusammenhänge
- Ideen für den Einsatz des faszialen Trainings in Sport und Alltag
- Outdoor-Einheit zur kreativen Umsetzung in natürlicher Umgebung
- Action und Release mit den FASZIO Bällen
- Praxisbeispiele und Musterstunden
- Supervision zur professionellen und selbständigen Umsetzung

In der Weiterbildung sind umfangreiche Lehrmaterialien enthalten.

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter FASZIO Training. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig. Mit dem Zertifikat ist der Teilnehmer berechtigt, Kurse unter dem Namen FASZIO anzubieten.

Voraussetzung: DTB-Trainer Zertifikat, Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/ Studium

DTB-Akademie ►LG 26912140 38 LE
Heike Oellerich
 14. – 17.5.2026 | Do 10 – So ca. 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 V Gymcard 430,- / regulär 510,-
 Ü/V Gymcard 505,- / regulär 585,- FB 20,-

DTB-Kursleiter Osteoporose-Prävention

Osteoporose ist nicht nur eine Begleiterscheinung beim Älter werden, sondern kann auch schon junge Erwachsene treffen. Diese Weiterbildung verknüpft Wissensvermittlung und praktische Übungen.

Inhalte:

- Osteoporose-Entstehung und Symptomatik
- Kriterien der Diagnosesicherung
- Stellenwert des Sports in der Osteoporose-Prävention
- Biomechanik der Wirbelsäule
- Ernährung
- sportpädagogische Prinzipien
- Muskeltraining und Mobilisation
- Entspannungsverfahren
- rückengerechtes Verhalten im Alltag
- Koordinationsschulung
- Psychomotorik

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter Osteoporose-Prävention

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ►LG 26912150 25 LE
Ulla Häfelinger
 26. – 28.5.2026 | Di 15 – Do 16 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 270,- / regulär 315,-
 Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Beckenboden – Update Männer

Das Thema Beckenboden ist nach wie vor hoch aktuell. Es ist erwiesen, wie wichtig die vielseitigen Funktionen der Beckenbodenmuskulatur sind und wie groß die Auswirkungen sein können, wenn er nicht funktionell arbeitet. In dieser Weiterbildung tritt der männliche Beckenboden in den Fokus. In Bezug auf die Anleitung in Worten und Bildern besteht seitens der Übungsleiter oft Unsicherheit, um Männer darin zu befähigen, die Übungen korrekt auszuführen. Diese und weitere Probleme werden angesprochen und mit dementsprechenden Übungen in der Praxis umgesetzt. Das Tagesspecial ist für alle geeignet, die bereits eine Beckenboden Ausbildung absolviert haben (z.B. DTB-Kursleiter Beckenboden) oder im Rahmen einer abgeschlossenen ÜL-C-/Tr-C-Lizenzausbildung relevante Inhalte des Beckenbodentraining kennengelernt haben.

Voraussetzung: DTB-Kursleiter Beckenboden, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ►LG 26912160 8 LE
Ulla Häfelinger
 29.5.2026 | Fr 9 – 16 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

DTB-Kursleiter Beckenboden

Beckenbodenschwäche und damit verbundene gesundheitliche Probleme und Einschränkungen sind weit verbreitet als allgemein bekannt. Das Thema Beckenboden ist jedoch häufig ein Tabu und wird oft nur mit älteren Menschen in Verbindung gebracht. Tatsache aber ist, dass auch jüngere Frauen, besonders nach der Geburt, mit diesem Problem konfrontiert sind. Ein gezieltes Bewegungsprogramm kann vorbeugend wirken und ist unabdingbar für eine gute Körperhaltung. Im Verein kann Beckenbodentraining in allgemeine Fitness- und Gesundheitsangebote integriert werden. Bedarf besteht auch nach speziellen Beckenbodenkursen.



Inhalte:

- Anatomie des Beckenbodens, Beckenboden und Atmung
- verschiedene Formen und Ursachen der Beckenbodenschwäche
- psychologische und pädagogische Aspekte
- Training aus verschiedenen Ausgangsstellungen
- Entspannungsformen

In dieser Weiterbildung wird schwerpunktmäßig der weibliche Beckenboden behandelt. Die Anatomie des männlichen Beckenbodens und seine Problematik werden je nach Bedarf thematisiert.

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter Beckenboden.
Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ▶LG 26912170 25 LE
Ulla Häfelinger
29. – 31.5.2026 | Fr 17 – So 16 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 270,- / regulär 315,-
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Smart Fatburn – mit Ernährung und Training ans Ziel

Diese Fortbildung richtet sich an alle, die sich für gesundes Abnehmen und effektive Fettverbrennung interessieren.

Vermittelt wird, wie Ernährung und Training sinnvoll zusammenwirken, um den Stoffwechsel zu aktivieren und gezielt Körperfett zu reduzieren.

Neben theoretischem Wissen zu Makronährstoffen, Meal Timing und Stoffwechselregulation stehen praxisnahe Trainingseinheiten – wie aerobes Fettstoffwechseltraining – im Mittelpunkt.

Ziel ist es, das eigene Fachwissen zu erweitern, neue Impulse für Kursangebote zu gewinnen und direkt in Bewegung zu kommen.

▶LG 26922010 15 LE
Adriano Valentini
30. – 31.5.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,- FB 10,-

Neurozentriertes Training oder Neuroathletik – mehr als nur ein neuer Trend

Für den Leistungssport ist das längst ein Thema, aber diese neuen Ansätze können genauso Bewegung im Alltag vereinfachen oder verbessern.

In dem Lehrgang wird grundlegendes Wissen zum Koordinationstraining und dem Zusammenhang von Gehirn und Körper in Bezug auf die Bewegung, die Körperhaltung und das Gleichgewicht dargestellt. Im Vordergrund steht das Koordinationstraining im Gesundheitsbereich, das in unterschiedlichen Facetten, von einfachen Gleichgewichtsübungen mit und ohne Hilfsmittel bis hin zu komplexeren Übungen mit höherem Anforderungsniveau bearbeitet wird. Weiterführend werden spezielle Übungen aus den



Bereichen des Neurozentrierten Trainings und des Neuroathletik-Training ausprobiert und auf ihre Anwendung im Gesundheitsbereich geprüft.

▶LG 26930010 8 LE
Christofer Segieth
14.6.2026 | So 10 – 17 Uhr
Siegen
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
ohne Ü/V Gymcard 70,- / regulär 95,- FB 5,-

Stretching Instructor

In dieser Weiterbildung erarbeiten die Teilnehmer das Wissen über Beweglichkeit und Dehnen in Theorie und Praxis. Sie lernen, welche Muskeln Dehnung brauchen, die No-Go-Übungen und die Körperbereiche, die geschützt werden sollen, die heute empfohlenen Dehn-Techniken und viele weitere sinnvolle Übungen. Nach dieser Schulung können die Teilnehmer ganze Stretching-Lektionen, Kombinations-Lektionen sowie sinnvolle Vor- und Nachdehnprogramme selbständig zusammenstellen.

Die Inhalte beziehen sich auf den momentanen Stand der Sportwissenschaft und auf 25 Jahre praktischer Erfahrung.

Der Stretching Instructor basiert auf dem etablierten Lehrbuch Stretching und Beweglichkeit – das neue Expertenhandbuch von Karin Albrecht und Stefan Meyer, Thieme Verlag, Stuttgart.

Inhalte:

- Beweglichkeit als Aspekt der körperlichen Leistungsfähigkeit
- aktueller sportwissenschaftlicher Stand mit entsprechenden praktischen Konsequenzen

- Pflichtdehnbereiche und Ergänzungen
- Dehntechniken in der Praxis
- Vor- und Nachdehnen mit Ziel und Empfehlungen
- Beweglichkeitstraining mit Ziel und Empfehlungen
- Lernen und üben der wichtigsten Dehnübungen
- Stretch-Training erleben

Abschluss: Zertifikat Stretching Instructor. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ▶LG 26912180 25 LE
Karin Albrecht
19. – 21.6.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
V Gymcard 270,- / regulär 315,-
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Deep Stretching

Mehr Beweglichkeit, weniger Schmerzen

In diesem Workshop wird gezielt die Tiefenmuskulatur durch aktive und passive Techniken sowie funktionelle Kraftsteuerung gedehnt. So werden Gelenke und muskuläre Strukturen wieder in Balance gebracht – für spürbar mehr Beweglichkeit und weniger Beschwerden.

Gearbeitet wird muskulär-faszial, unter anderem an Füßen, Knien, Hüfte, Gesäß, Wirbelsäule, Nacken, Kiefer und Händen.

▶LG 26931020 8 LE
Nadine Rotter
20.6.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
Bochum
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

DTB-Kursleiter Entspannungstechniken

Die Vielfalt der Entspannung erleben

Entspannungstechniken bieten einen großen Spielraum, auf den sowohl Stressprophylaxe als auch Stressbewältigung Einfluss zu nehmen. Richtig zu entspannen ist wichtig für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Die Möglichkeiten, sich effektiv entspannen zu lernen, sind vielfältig. Diese Weiterbildung bietet einen umfangreichen Einblick in die Wirkmechanismen der Entspannung und zeigt in Theorie und Praxis führende Entspannungstechniken auf.

Inhalte:

- Was ist Entspannung?
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- die Kraft des Atmens
- achtsames Bewegen
- Bildmeditation / Fantasiereisen
- Anleiten von Entspannungsübungen
- Planung und Durchführung eines Entspannungskurses

Die Inhalte stellen eine Auswahl an Themen dar, die in unterschiedlicher Gewichtung durch den Referenten aufgegriffen und an die Lehrgangsstufe individuell angepasst werden. Die Inhalte sind teilweise identisch mit der Weiterbildung zum DTB Kursleiter Stressbewältigung. Der Besuch von beiden Lehrgängen lohnt sich, um das Thema unter den jeweiligen Schwerpunkten (Entspannung bzw. Stressbewältigung) genauer zu betrachten und zu vertiefen.

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter Entspannungstechniken. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium



DTB-Akademie ▶LG 26912200 25 LE
Edda Baucke
10. – 12.7.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 270,- / regulär 315,-
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Strong Back – für einen starken und gesunden Rücken

In diesem praxisorientierten Tageslehrgang erhalten die Teilnehmenden fundiertes Fachwissen und effektive Methoden zur Stärkung des Rückens. Basierend auf aktuellen Erkenntnissen aus Anatomie, Biomechanik und Prävention lernen sie, wie Rückenschmerzen gezielt vorgebeugt und bestehende Beschwerden gelindert werden können. Im Mittelpunkt stehen alltagstaugliche Übungen und Techniken, die direkt angewendet werden können – für mehr Stabilität, Beweglichkeit und Wohlbefinden im Alltag.

►LG 26937020 **8 LE**
Anna-Julia Greiling
 6.9.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
Ahaus
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- **FB 5,-**

Rückengesundheit – Muskeln und Faszien im Einklang

Eine gut und umfassend gestärkte Muskulatur ist das eine im Kampf gegen Rückenschmerzen. Doch werden Beschwerden häufig auch durch verhärtete und verklebte Faszien ausgelöst. Daher richtet sich dieser Lehrgang neben der Kräftigung verschiedener Muskelgruppen auch an die Dehnung der bindegewebigen Fasziensstrukturen.

►LG 26936010 **8 LE**
Julia Holzrichter
 12.9.2026 | Sa 9 – 15.30 Uhr
Bielefeld
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- **FB 5,-**



DTB-Rückentrainer

Rückentraining kompetent planen und durchführen

DTB-Akademie ►LG 26912220
 3. – 5.7.2026 siehe Seite 44

Ein Wohlfühlprogramm für Rücken und Hüfte

Fast jeder Mensch plagt sich in seinem Leben immer mal wieder mit Rückenproblemen herum. Die Ursachen können so vielfältig sein und manchmal sind es nur kleine Veränderungen in unseren Bewegungsmustern, die uns wieder geschmeidige Bewegungsabläufe und Freude an der Bewegung schenken. Wir setzen uns mit den anatomischen Strukturen von Hüfte und Rücken auseinander und erfahren, wie das Zusammenspiel von Hüfte und Rücken im Sport und im Alltag funktioniert. Wir gehen den Problemen auf den Grund! Mit einem kraftvollen Muskelaufbautraining aber auch mit ungewöhnlich sanften Bewegungen entdecken wir unseren Körper neu.

►LG 26938010 **8 LE**
Bettina Blumenkamp
 26.9.2026 | Sa 9 – 15.30 Uhr
Geseke
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- **FB 5,-**

Entspannung für Kiefer/Nacken/Schulter Special

Beiß die Zähne zusammen! Wer kennt das nicht? Ausgehend von der Anatomie und Physiologie des Kiefer-, Nacken- und Schulterbereiches schlüsselt dieses Seminar Dysbalancen und Überlastungs-Symptome der betreffenden Körperregionen auf. Es präsentiert Möglichkeiten des Entspannungstrainings für Kiefer, Nacken und Schultern zum Loslassen und Wohlfühlen, die im Sportverein leicht und ansprechend umzusetzen sind.

Voraussetzung: ÜL-C-/ Tr-C-Lizenz
 DTB-Akademie ►LG 26912230 **8 LE**
Edda Baucke
 2.10.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- **FB 5,-**

►3. – 4.10.2026 *Entspannungsmethoden und Meditation für Sportgruppen mit Edda Baucke, Ü/F vom 2. – 3.10.2026 für 35,- buchbar unter lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 3000026.*



Entspannungsmethoden und Meditation für Sportgruppen

Dem Stress entkommen durch

Achtsamkeit und Entspannung

Schlaflosigkeit, das Kreisen unserer Gedanken, die unaufhörlich rattern, weil wir oft keinen Weg finden abzuschalten, sind unangenehm und lassen uns in unserem Alltag häufig Stress und Hektik empfinden.

Der Lehrgang gibt einen Einblick, wie Sie mit Entspannungsmethoden und meditativen Übungen aus der Alltagshektik aussteigen können und wie Sie dies in ihren Vereinsgruppen vermitteln wollen. Unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Zielgruppen im Sportverein werden Inhalte vorgestellt, damit Sie ganz gelassen den Alltag genießen können und nach sportlicher Belastung in eine Entspannung gleiten.

Voraussetzung: ÜL-C-/Tr-C-Lizenz

DTB-Akademie ►LG 26912240 **15 LE**
Edda Baucke
 3. – 4.10.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 204,- / regulär 239,-
 Ü/V Gymcard 229,- / regulär 264,- **FB 10,-**

Gesunde Gelenke – Hüfte, Knie & Co. mobil & stabil

Gesunde Gelenke ermöglichen ein beschwerdefreies Bewegen und das möglichst bis ins hohe Alter. In dieser Fortbildung werden theoretische Inhalte zum Thema Gelenke erarbeitet, aufgefrischt und vertieft und mit funktionellen Übungen praktisch erlebt, erprobt und analysiert.

►LG 26922020 **15 LE**
Anja Martschinke-Rasky
 10. – 11.10.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,- **FB 10,-**

DynamicTrain(R)ing

Schwungvolle Muskelintegration durch impulsgebende Gewichtsfüllung

Die volle Leistungsbandbreite des Körpers für natürliche Motorikkompetenz und Alltagspower nutzen! Kraft, Elastizität und Geschmeidigkeit werden gleichermaßen gefordert, sodass eine dreidimensionale Dynamik entsteht und jede Faser der Rumpfstukturen durch naturgemäße Bewegungsmuster automatisch angesprochen wird. Trainiert wird mit einem 2,5 Kilo-Ring, der dank seiner Haptik bequem in der Hand liegt, durch sein nachgebendes Material vor Verletzungen bewahrt und mit einem hohen Aufforderungscharakter zu spielerischer Aktivität motiviert. Durch die Granulatfüllung entstehen Zug- und Rückstoßeffekte, welche die Reaktivkraft optimieren und langfristige Rückengesundheit initiieren. Erlebe die Geheimwaffe für Allround-Fitness!

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-C-/Tr-C-Lizenz

DTB-Akademie ►LG 26912260 **8 LE**
Heike Oellerich
 16.10.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- **FB 5,-**

►17. – 18.10.2026 *Der Faszien-Code im Zirkel-Spezial-Mix, Ü/F 35,- buchbar unter lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 3000026.*

Der Faszien-Code im Zirkel-Spezial-Mix

Aha-Momente garantiert! Die DNA-Beschaffenheit unseres Faszien-systems lässt sich zuordnen in tropischen und arktischen Ursprung. Dies wirft ein neues Licht auf Trainingsbedarf und Gesundheitssport, da daraus resultiert für welche Stärken und Schwachstellen wir prädestiniert sind. Ein Selbsttest dient zur Einschätzung, wo man sich auf der Skala zwischen Hyper- oder Hypomobilität bewegt und wie dieser genetische Unterschied generell im Training und in Kursstunden eingebunden werden kann. Mit diesen Erfahrungen geht es dann in ein speziell darauf aufbauendes Zirkeltraining mit einer einzigartigen Kombination aus



dem Wechsel von Stationen mit Zusatzgeräten und GroupFitness-Parts zur Musik. Die Einzelübungen sind auf Basis der genetischen Gewebevarianz konzipiert, sodass automatisch typentsprechende Anforderungen entstehen. Die eingeschobenen Musikeinheiten greifen das Thema Elfen und Wikinger ebenfalls auf und bringen mit Cardio- und Koordinationselementen Dynamik in die Runde. Diese besondere Mischung bereichert clever das Übungsrepertoire und bietet ein abwechslungsreiches Training mit viel Spaß – nicht nur für die Faszien.

Vor Ort kann bei Interesse das inhaltlich dazugehörige Buch erworben werden: Der Faszien-Code: Wie die Genetik des Bindegewebes deine Gesundheit beeinflusst; Herausgeber Riva; ISBN-13 978-3742325136, Preis 24,-.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-C-/ Tr-C-Lizenz

DTB-Akademie ▶LG 26912270 15 LE
Heike Oellerich
 17. – 18.10.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 V Gymcard 204,- / regulär 239,-
 Ü/V Gymcard 229,- / regulär 264,- FB 10,-

Gesundes Training – gewusst wie

In diesem praxisorientierten Seminar dreht sich alles um die gezielte Differenzierung von Übungen im Gesundheitssport. Wie kann eine Übung so angepasst werden, dass sie zu den Fähigkeiten und Bedürfnissen der Teilnehmer passt – unabhängig vom Alter, Fitnesslevel oder möglichen Einschränkungen?

In dieser Fortbildung steht die Frage im Mittelpunkt, wie aus einer einzigen Übung vielfältige

Varianten entstehen können – von einfach bis herausfordernd, vom Boden bis in den Stand oder auch ins Sitzen.

Ob Reha, Prävention oder Seniorensport: Ziel ist es, Bewegungsangebote zielgruppengerecht, abwechslungsreich und sicher zu gestalten.

▶LG 26937030 8 LE
Kirsten Prinz
 7.11.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
 Dülmen
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

Tiefenmuskeltraining – Stabilität von Innen

Dieser Lehrgang vermittelt, wie die tief liegende Muskulatur – insbesondere Rumpf, Beckenboden und die stabilisierenden Strukturen der Wirbelsäule – bewusst aktiviert und nachhaltig gestärkt werden kann.

Durch kontrollierte, funktionelle Übungen werden Haltung, Beweglichkeit und Kraft aus der Körpermitte gefördert.

Das Training eignet sich ideal zur Prävention von Rückenbeschwerden und unterstützt ein verbessertes Körperbewusstsein – sowohl im Alltag als auch im sportlichen Kontext.

Geeignet für alle, die Gesundheit und Stabilität von innen heraus fördern möchten.

▶LG 26932020 8 LE
Silke Lenberg
 14.11.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
 Dortmund
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

Effektives Krafttraining im GroupFitness

News aus der Sportwissenschaft

In dieser praxisorientierten Fortbildung erwarten die Teilnehmer aktuelle Erkenntnisse aus der Sportwissenschaft und deren Umsetzung im GroupFitness-Training. Im Fokus steht die Frage: Wie lässt sich Krafttraining in der Gruppe wirksam, funktionell und wissenschaftlich fundiert gestalten?

Inhalte:

- Time under Tension (TUT)
Was steckt hinter diesem Trainingsprinzip? Wie beeinflusst die Zeit unter Spannung den Muskelaufbau?
- Hypertrophie-Training heute
Neue wissenschaftliche Erkenntnisse und ihre praktische Relevanz für das Training in Gruppen.
- Fascial Power
Warum Faszien mehr sind als nur Bindegewebe – und wie wir sie gezielt kräftigen.
- Integrales Training
Ganzheitliche Ansätze für ein energiegeladenes Bewegungssystem.
- Trainingspraxis
Zwei Kurs-Modelle zur direkten Anwendung der Theorie in der Praxis.

Diese Fortbildung kombiniert Theorie und Praxis mit dem Ziel, Ihr Wissen und Ihre Trainingsmethoden auf das nächste Level zu bringen.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ▶LG 26912280 8 LE
Gunda Slomka
 16.11.2026 | Mo 10 – 17 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, Tr-C Leistungssport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 124,- / regulär 154,- FB 5

Female Fitness – Dein Körper, Dein Training

Dieser Workshop richtet sich gezielt an Frauen jeden Alters, die mehr über ein ganzheitliches und hormonell abgestimmtes Training erfahren möchten.

Nadine Rotter begleitet dich an zwei intensiven Tagen – mit fundiertem Wissen und viel Praxis. Im Fokus steht, wie sich das Training an die verschiedenen hormonellen Phasen im Leben einer Frau anpassen lässt – von der Pubertät über Schwangerschaft und Wechseljahre bis ins hohe Alter.

Besondere Aufmerksamkeit gilt typischen Schwachstellen wie dem Beckenboden, des

Bindegewebes, der Mobilität oder anderen körperlichen Einschränkungen. Du lernst, wie du diese Bereiche gezielt stärken und in dein Training integrieren kannst.

Dabei kommen verschiedene Hilfsmittel zum Einsatz, die dir helfen, Übungen effektiv und sicher auszuführen – ganz individuell auf deine Bedürfnisse abgestimmt.

▶LG 26922030 15 LE
Nadine Rotter
 21. – 22.11.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,- FB 10,-

Bewegungsharmonie für den Rücken

inkl. Einweisung in das standardisierte Gesundheitsprogramm Gesundheitstraining

Leichtigkeit bei alltäglichen Bewegungsabläufen durch eine Verbesserung der Bewegungsharmonie: wir drehen gemeinsam an vielen kleinen Stellschrauben, deren Ergebnis eine stärkere Haltung und positive Ausstrahlung sein wird. In der Gruppe werden sanfte, vielfältige und manchmal auch ungewohnte Bewegungsabläufe erlebt und die eigene Wahrnehmung verbessert. Inhalte aus dem Pilates und Yoga führen zu einer körperlichen und geistigen Entspannung. Weiterhin gibt die Tagesfortbildung Einblicke in das standardisierte Kurskonzept Gesundheitstraining – mit Vielseitigkeit zu mehr Kraft und Beweglichkeit. Alle Teilnehmer erhalten die Stundenbilder des Kurskonzeptes als pdf.



Übungsleiter mit der Qualifikation ÜL-B Sport in der Prävention oder mit entsprechender beruflicher Qualifikation erhalten zudem das Einweisungszertifikat zum Programm. Mit dem Einweisungszertifikat können diese das Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit beantragen, welches eine Bezuschussung durch die Krankenkassen garantiert.

►LG 26935020 8 LE
Katrin Gleitze
 21.11.2026 | Sa 9 – 15:30 Uhr
 Iserlohn
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

Mit sich im Einklang – Gesundheit durch Fitness und Wellness

Das Jahresabschluss-Seminar für Körper & Seele

Seit über zehn Jahren ist dieses Seminar ein ganz besonderer Jahresausklang für viele Fitnessbegeisterte – und das aus gutem Grund: Hier treffen sich Paare, Freundinnen, Mütter und Töchter, Übungsleiter und Übungsleiterinnen, um gemeinsam Bewegung, Entspannung und neue Energie zu erleben. Viele kommen immer wieder, bringen Gleichgesinnte mit und feiern den Jahresabschluss auf die schönste Art: mit sich selbst.

Diese Fortbildung bietet eine ausgewogene Kombination aus Aktivität und Entspannung, genau die Balance, die Körper und Geist benötigen.

Moderne Trainingseinheiten wie Yoga, Pilates Flow, Coretraining, Strong Back oder XCO-Walking zeigen, wie effektiv und wohltuend Bewegung sein kann.

Auch Themen wie Stretching, Mobility und Faszientraining spielen eine zentrale Rolle für mehr Beweglichkeit, weniger Verspannungen und ein neues Körpergefühl.

Das Wochenende dient dem Stressabbau, der Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen und



der Sammlung neuer Inspiration, sowohl für den eigenen Alltag als auch für den Unterricht.

►LG 26922040 15 LE
Kirsten Prinz, Anna-Julia Greiling
 12. – 13.12.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,- FB 10,-

DTB-Kursleiter Rückengymnastik

Bei der dreitägigen Weiterbildung zum DTB-Kursleiter Rückengymnastik dreht sich alles um ein gesundheitsorientiertes Rückentraining. Eine abwechslungsreiche Mischung aus Wissensvermittlung (funktionelle Anatomie, Trainingslehre, Methodik/ Didaktik) und Übungspraxis gibt den Teilnehmenden einen fundierten Einblick, wie eine zeitgemäße Rückengymnastik angeleitet werden kann. Diese Weiterbildung ist außerdem eines der Fachmodule (Pflichtmodul) für den DTB-Trainer Gesundheitssport (s.u.). Als Zugangsvoraussetzung reicht – im Gegensatz zum DTB-Rückentrainer – bereits das Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder eine ÜL-C-Lizenz.

Inhalte:

- Einführung/Grundlagen Rückengymnastik
- Modellstunde
- Übungen mit und ohne Zusatzgeräte
- funktionelle Anatomie
- Kraft, Mobilisation, Dehnung
- Stress/Entspannung
- Methodik und Didaktik in der Rückengruppe

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter Rückengymnastik. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-C-/Tr-C-Lizenz

DTB-Akademie ►LG 26912300 25 LE
Antje Hammes
 4. – 6.12.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 270,- / regulär 315,-
 Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Hinweis!

►Die Weiterbildung zum DTB-Kursleiter Rückengymnastik ist außerdem das Pflichtmodul für den DTB-Trainer Gesundheitssport der im Weiteren wahlweise mit vier frei wählbaren Modulen, die einen Gesamtumfang von mindestens 90 LE haben (siehe Grafik), erworben werden kann. Die Reihenfolge bei der Absolvierung der Module ist beliebig. Einige der hier aufgeführten Weiterbildungen finden Sie in diesem Bildungsprogramm.



DTB-Trainer Gesundheitssport

Der Gesundheitssport in Vereinen und Fitnessstudios wird im Zuge von zunehmenden Anforderungen in unserer Gesellschaft immer wichtiger und ist ein spannendes sowie abwechslungsreiches Aufgabenfeld.

Die Ausbildung zum DTB-Trainer Gesundheitssport bietet eine Vielzahl von gesundheitssportlichen Inhalten, die Ihnen in diesem Arbeitsbereich begegnen bzw. Ihnen die Arbeit erleichtern.

Neben dem Pflichtmodul DTB-Kursleiter Rückengymnastik (alternativ – wenn vorhanden – DTB-Rückentrainer) benötigen Sie mindestens vier weitere Wahlmodule, die einen Gesamtumfang von mindestens 90 Lerneinheiten haben:

- Bewegungsexperte im Alterungsprozess – Antara Age
- DTB-Aqua Fitness Gym
- DTB-Kursleiter Beckenboden
- DTB-Kursleiter Bewegung & Ernährung
- DTB-Kursleiter Entspannungstechniken
- DTB-Kursleiter FASZIO Training
- DTB-Kursleiter Fit in der Schwangerschaft
- DTB-Kursleiter Gleichgewicht & Stabilisation
- DTB-Kursleiter Osteoporose Prävention
- DTB-Kursleiter Stressbewältigung durch Achtsamkeit
- DTB-Kursleiter Walking & Nordic Walking
- DTB-Kursleiter Yoga bzw. DTB-Yoga-lehrer
- DTB-Rückenexperte und ANTARA-Rückentrainer
- DTB-Trainer Pilates
- DTB-Zertifikat Betriebliche Gesundheitsförderung
- Stretching Instructor

Die Reihenfolge bei der Absolvierung von Pflicht- und Wahlmodulen ist beliebig. Nach dem Abschluss steht Ihnen, ohne eine ÜL-B Lizenz vorweisen zu müssen, der direkte Zugang zum DTB-Rückentrainer und zum DTB-Rückenexperte offen.

Verlängerung des Zertifikates: Alle zwei Jahre mit acht Lerneinheiten fachspezifischer Fortbildung. Die Fortbildungsmaßnahmen müssen von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahmen sein.

Weitere Informationen zum DTB-Trainer Gesundheitssport siehe DTB-Akademieprogramm 2026 oder www.dtb-akademie.de – Gesundheitssport

DTB-Akademie

Ausbildungsweg DTB-Trainer Gesundheitssport
 mindestens 4 Zertifikate, mindestens 90 LE

30 LE	DTB-Zertifikat BGF
66 LE	Bewegungsexperte im Alterungsprozess
82 LE	DTB-Rückenexperte (Antara)
25 LE	DTB-Aqua Fitness Gym
25 LE	DTB-Kursleiter Entspannungstechniken
25 LE	DTB-Kursleiter Stressbewältigung durch Achtsamkeit
15 LE	DTB-Kursleiter Gleichgewicht und Stabilisation
25 LE	Stretching-Instructor
25 LE	DTB-Kursleiter Beckenboden
25 LE	DTB-Kursleiter Osteoporose Prävention
25 LE	DTB-Kursleiter Bewegung und Ernährung
15 LE	DTB-Kursleiter Fit in der Schwangerschaft
25 LE	DTB-Kursleiter Walking/Nordic Walking
38/40 LE	DTB-Kursleiter FASZIO Training
120 LE	DTB-Trainer Pilates
120/220 LE	DTB-Kursleiter Yoga oder DTB-Yogalehrer

25 LE DTB-Kursleiter Rückengymnastik (Pflichtmodul) oder DTB-Rückentrainer

Voraussetzungen

Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining
 oder ÜL-/Tr-Lizenz
 oder professionelle Ausbildung

DTB-Rückenexperte und Antara Rückentrainer

Ausbildung exklusiv für

ausgebildete DTB-Rückentrainer

80% der Bevölkerung leidet mindestens einmal im Leben unter Rückenschmerzen und 90% davon sind auf Bewegungsmangel und Fehlhaltungen zurückzuführen. Der DTB-Rückenexperte, kombiniert mit dem Antara-Rückentrainer, ist eine umfassende Weiterbildung, um kompetent und abwechslungsreich präventive Rückenurse anbieten zu können. Antara stellt dabei die Körperhaltung und das Core-System, die tiefste Muskelschicht des Rumpfes, ins Zentrum. Entwickelt wurde das Konzept von Karin Albrecht und dem starAusbildungsteam. Auf Basis der Forschung der Queensland Universität (Australien) wurden sinnvolle und präzise Übungen ausgearbeitet.

Die Ausbildung besteht aus vier Ausbildungsmodulen: RückenPraxis Pur, dem Aufbaumodul 1 Becken/Hüftgelenk und Aufbaumodul 2 Schulter/

Halswirbelsäule und dem Modul: Coaching und Lernerfolgskontrolle. Das Ausbildungsmodul Rücken-Praxis Pur muss vor den beiden weiteren Modulen besucht werden. Abgeschlossen wird die Ausbildung mit einem Coaching und einer Lernerfolgskontrolle (schriftliche und praktische Prüfung). Die Ausbildung muss nicht innerhalb eines Jahres absolviert werden, sie kann auch über einen längeren Zeitraum durchlaufen werden.

Abschluss: Nach erfolgreicher Prüfung erhalten die Teilnehmer zwei Zertifikate: DTB-Rückenexperte und diplomierter Antara Rückentrainer. Die Teilnehmer sind damit auch berechtigt, Kurse unter dem Lizenznamen Antara anzubieten.

DTB-Akademie

Ausbildungsweg DTB-Rückenexperte und Antara® Rückentrainer

16 LE DTB-Rückenexperte und Antara® Rückentrainer
Coaching und Lernerfolgskontrolle

25 LE Modul
Schultergürtel –
Halswirbelsäule

25 LE Modul
Hüftgelenk –
Becken – ISG

16 LE RückenPraxis Pur

Voraussetzungen

- ÜL-B Sport in der Prävention
- oder DTB-Rückentrainer
- oder DTB-Trainer Gesundheitssport
- oder DTB-Trainer Pilates
- oder DTB-Kursleiter Yoga bzw. DTB-Yogalehrer
- oder sportfachliche Ausbildung/Studium

DTB-Rückentrainer

Rückentraining kompetent planen und durchführen. Diese Ausbildung ist speziell für die Zielgruppe ÜL bzw. Trainer konzipiert und baut auf der 2. Lizenzstufe ÜL-B Sport in der Prävention auf.

Moderne Einflüsse auf die Rückenschule bilden den Schwerpunkt dieser Ausbildung.

Zudem wird das standardisierte Kurskonzept *Bewegen statt schonen* vermittelt, das nach § 20 SGB V Absatz 1 bezuschussungsfähig und von der ZPP und den Krankenkassen für die Durchführung im Verein anerkannt ist.

Inhalte:

- Faszien im Rückentraining; Core & Stability; Muskuläre Dysbalancen
- Sensomotorik im Rückentraining – Segmentale Stabilisation, Stabilisatoren/Mobilisatoren, sensomotorisches und koordinatives Training
- Haltungsaufbau – physiologische Grundhaltung, Handlungsbeurteilung, Haltungskorrektur, Haltungstraining
- psychosoziale Ressourcen im Rückentraining: Umgang mit Schmerz, Mentales Rückentraining, Stress, Entspannung, Resilienz
- spielerisches Bewegungstraining, Alltagstraining, Mobilisation, Dehnung, Modellstunden
- Vermittlung des Kurskonzeptes *Bewegen statt schonen*, dass die Kriterien zur Anerkennung als förderfähiges Programm durch die gesetzlichen Krankenkassen lt. Leitfadens Prävention erfüllt.

Abschluss: Zertifikat DTB-Rückentrainer. Das Zertifikat muss alle zwei Jahre mit acht Lerneinheiten verlängert werden. Die Fortbildungsmaßnahmen müssen von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahmen sein.

Zertifikat Kursprogramm *Bewegen statt schonen* (nur für 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention sowie sportfachliche Ausbildung/Studium) das nach § 20 SGB V Absatz 1 bezuschussungsfähig und von der ZPP und den Krankenkassen für die Durchführung im Verein anerkannt ist.

Voraussetzung: ÜL-B Sport in der Prävention, DTB-Trainer Gesundheitssport oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium. Personen, die sich noch in der Ausbildung (Mindestvoraussetzung Vordiplom, Zwischenprüfung oder 3. Ausbildungsjahr) oder in einem der oben aufgeführten Berufe befinden, erhalten ihr Zertifikat erst nach Abschluss der Berufsausbildung.

DTB-Akademie ▶ LG 26912220 25 LE

Katrin Gleitze, Renate Kullmann-Bragulla
3. – 5.7.2026 | Fr 16.30 – So 14 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 270,- / regulär 315,-
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

DTB-Rückenexperte und Antara Rückentrainer

RückenPraxis Pur

Inhalte:

- Kennenlernen neuer Übungen und Variationen bekannter Übungen
- Kennenlernen des Antara-Konzepts
- Vertiefung von Haltungsaufbau und Haltungskorrektur
- Ansteuerung der Core-Stabilisation in verschiedenen Ausgangspositionen
Inhaltsgleich mit dem Einstiegsmodul Bewegungsexperte im Alterungsprozess – Antara Age Grundlagen Antara Basic, siehe Seite 66.

Voraussetzung: DTB-Rückentrainer, DTB-Kursleiter Yoga, DTB-Trainer Pilates, DTB-Trainer Gesundheitssport oder sportfachliche Ausbildung/Studium (Physiotherapeut, Sportwissenschaftler o.ä.)

DTB-Akademie ▶ LG 34112-22 (RTB)

15. – 16.11.2025 | Sa 9 – So ca.13 Uhr
Bergisch Gladbach
Anmeldungen direkt beim Rheinischen
Turnerbund, Lena Muschalle, Tel. 02202 2003-51

DTB-Rückenexperte und Antara Rückentrainer

Aufbaumodul 1 Hüftgelenk / Becken / ISG

Aufbauend auf die Core-Praxis aus dem Modul RückenPraxis Pur wird das Tasten des Transversus sowie das Ansteuern und Tasten der Multifidi in unterschiedlichen Ausgangspositionen erlernt. Der Schwerpunkt des Lehrgangs liegt auf Becken, Iliosakral- und Hüftgelenk. Die Anatomie des Hüftgelenks und des ISG wird aufgefrischt. Insbesondere Fehlhaltungen, Fehlförmigkeiten und Krankheitsbilder des Hüftgelenks und des ISG werden genauer betrachtet. Um diesen entgegenzuwirken, werden funktionelle, stabilisierende und kräftigende Übungen erlernt. Die zusätzlichen Übungen werden in die bestehenden Core-Übungen integriert, das Übungsrepertoire für ein Rückentraining erweitert.

Zur Vorbereitung auf die Module Schultergürtel-Halswirbelsäule oder Hüftgelenk – Becken – ISG sollte das Buch *Körperhaltung – Modernes Rückentraining* von Karin Albrecht, Haug Verlag, 4. oder 5. Auflage mitgebracht werden.

Voraussetzung: RückenPraxis Pur

DTB-Akademie ▶ LG 26912011 25 LE

Karin Albrecht, Antara Team
30.1. – 1.2.2026 | Fr 16 – So ca.15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 300,- / regulär 345,-
Ü/V Gymcard 350,- / regulär 395,- FB 15,-

DTB-Rückenexperte und Antara Rückentrainer

Aufbaumodul 2 Schultergürtel / Halswirbelsäule

DTB-Akademie ▶ LG 34112-01 (RTB)

Volker Kipp, Antara Team
20. – 22.2.2026 | Fr 15 – So ca.13 Uhr
Bergisch Gladbach
Anmeldungen direkt beim Rheinischen
Turnerbund, Lena Muschalle, Tel. 02202 2003-51

Modul: Coaching und Lernerfolgskontrolle

Prüfung in Theorie und Praxis

Im ersten Teil dieses Lehrgangs wird an der eigenen Technik und den Übungsanleitungen gearbeitet (Coaching). Im zweiten Teil wird die Lernerfolgskontrolle durchgeführt. Diese besteht aus einer theoretischen und einer praktischen Prüfung.

Der Aufbau und die Inhalte der Lernerfolgskontrolle werden in den Ausbildungsmodulen detailliert besprochen.

Abschluss: Zertifikat DTB-Rückenexperte und das schweizerische Diplom Dipl. Antara Rückentrainer. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: DTB-Rückentrainer + Rückenpraxis Pur, Aufbaumodul 1 und 2

DTB-Akademie ▶ LG 26912013 16 LE

Volker Kipp, Antara Team
28. – 29.3.2026 | Sa 10 – So ca.16 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 234,- / regulär 259,-
Ü/V Gymcard 269,- / regulär 294,-



Aus- und Weiterbildungen der Gymwelt

Pilates / Yoga / Body & Mind

DTB-Trainer Pilates

Die Weiterbildung zum DTB-Trainer Pilates umfasst insgesamt 5 Stufen. Nach der Stufe 2 sind die Teilnehmer in der Lage erste Pilates-Stunden anleiten zu können. In den darauffolgenden Stufen 3 und 4 werden die Kenntnisse erweitert und bereits Gelerntes vertieft. Die anschließende Supervision stellt ein individuelles Coaching dar.

Die Stufen 3 – 5 müssen bei demselben Ausbildungszentrum der DTB Akademie absolviert werden da hier bereits auf die Abschluss-Supervision vorbereitet wird. Es wird empfohlen, die Ausbildung innerhalb von 2 Jahren zu durchlaufen.

DTB-Akademie ▶ LG 26914131 25 LE

Corinna Michels

2. – 4.10.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

DTB-Trainer Pilates Stufe 2

Pilates aufbauen –

das Übungsprogramm erweitern

Inhalte:

- erweitertes Übungsprogramm
 - Pilates Anatomie
 - der Einsatz von Kleingeräten
 - Stundenaufbau und Lehrverhalten
 - Lernkontrolle
- Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Trainer

Pilates Stufe 1

DTB-Akademie ▶ LG 26914132 25 LE

Corinna Michels

6. – 8.11.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

DTB-Trainer Pilates Stufe 3

Schritt für Schritt in die eigene Unterrichtspraxis –

Pilates unterrichten und anleiten mit

Pilates Equipment

Inhalte:

- Vertiefung der Basisübungen
- Einführung, Entwicklung und methodischer Aufbau von Pilates Übungen im mittleren und höheren Level
- Einführung von typischem Equipment wie Pilates-Rolle, Pilates-Circle, Sitzball. Erweiterung des Übungsrepertoires durch das Hinzunehmen der Geräte und zur Entwicklung neuer Stundenformate.
- Methodik: Wie baue ich Übungen an, wie baue ich sie langsam auf, Vermittlung von methodischen Reihen.
- Pilates-Trainingslehre – wie erreichen meine Teilnehmer einen fortlaufenden und dauerhaften Trainingserfolg
- weiterführende Anatomie
- Übungen professionell instruieren



- Haltungs- und Bewegungsfehler erkennen und gezielt korrigieren
 - Aufbau einer Pilates-Stunde
 - Ideenpool für den Stundenbeginn
 - Modellstunden
 - Kurze Lehrprobe mit individueller Rückmeldung
- Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Trainer Pilates Stufe 1 – 2

DTB-Akademie ▶ LG 26914133 25 LE

Corinna Michels

11. – 13.12.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

DTB-Trainer Pilates Stufe 4

Gesundheitsfördernd und vielfältig –

Gesundheits-Know-how

Inhalte:

- Wie gestalte ich eine harmonische Pilates-Stunde mit einem gelungenen Stundeneinstieg und einem passenden Stundenabschluss?
 - Erarbeiten von Bewegungsverbindungen: Pilates Flow
 - Kontraindikationen und Risikogruppen für das Pilates-Training
 - gesundheitsfördernde Aspekte des Pilates-Trainings
 - Kraftaufbau und Stabilisation
 - kurze Lehrprobe mit individueller Rückmeldung zur Prüfungsvorbereitung
 - Vergabe der Prüfungsthemen
- Die Teilnehmer bekommen ein Supervisionsthema

ausgehändigt, welches in Form einer schriftlichen Ausarbeitung bearbeitet und in Form einer praktischen Lehrprobe demonstriert wird. Die schriftliche Ausarbeitung ist dem zuständigen Ausbildungsleiter des Supervisionskurses zum abgesprochenen Zeitpunkt auszuhändigen.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung

Voraussetzung: DTB-Trainer Pilates Stufe 1 – 3

DTB-Akademie ▶ LG 26914134 25 LE

22. – 24.1.2027 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

DTB-Trainer Pilates Stufe 5

Das Ziel vor Augen – Supervision

Inhalte:

- Abgabe der schriftlichen Ausarbeitung an den Ausbildungsleiter vorab
- Supervision der Teilnehmer, individuelles Coaching
- praktische Lehrprobe
- gemeinsamer Abschluss der Ausbildung

Abschluss: Nach bestandener Lehrprobe erhalten die Teilnehmer ein Zertifikat mit dem Abschluss DTB-Trainer Pilates. Der Ausbilder behält sich das Recht vor, ggf. das Zertifikat einzubehalten, wenn Lerninhalte oder die praktische Stundendemonstration wiederholt werden sollten.

Das Zertifikat muss alle zwei Jahre mit acht Lerneinheiten verlängert werden. Die Fortbildungsmaßnahmen müssen von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahmen sein.

Voraussetzung: DTB-Trainer Pilates Stufen 1 – 4

DTB-Akademie ▶ LG 25914105

Ausbildung aus 2025 20 LE

Corinna Michels

24. – 25.1.2026 | Sa 9 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

V Gymcard 205,- / regulär 245,-

Ü/V Gymcard 230,- / regulär 270,-

DTB-Akademie ▶ LG 26914135

Ausbildung aus 2026 20 LE

Corinna Michels

27. – 28.2.2027 | Sa 9 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

V Gymcard 205,- / regulär 245,-

Ü/V Gymcard 230,- / regulär 270,-

DTB-Trainer Pilates Advanced

Dieses Angebot richtet sich exklusiv an alle Pilates-Trainer, die ihre Weiterbildung bei der DTB-Akademie absolviert haben. Es werden Lerninhalte der Grundausbildung zur Vertiefung und Erweiterung aufgegriffen.

Die einzelnen Advanced-Weiterbildungen können unabhängig voneinander besucht werden.

DTB-Trainer Pilates Advanced

Modul 3 Hüftgelenk & Faszien

Im neuen, dritten Modul unserer Pilates-Advanced-Reihe stehen gleich zwei Themenschwerpunkte im Fokus.

Medical Pilates mit Fokus auf das Hüftgelenk: Erhalten Sie einen fundierten Einblick in die Anatomie und Biomechanik des Hüftgelenks. Sie lernen, wie Sie Pilates-Übungen gezielt anpassen können, um die Stabilität und Mobilität der Hüfte zu fördern. Praxisbeispiele und didaktische Tipps helfen Ihnen, Ihre Teilnehmenden individuell zu unterstützen.

Pilates und Faszientraining: Entdecken Sie, wie klassische Pilates-Übungen mit modernem Faszientraining verbunden werden können. In der Weiterbildung erfahren Sie, wie das fasziale Netzwerk aufgebaut ist, welche Trainingsprinzipien dabei wirksam sind und wie Sie entsprechende Übungen sicher in Ihre Pilates-Stunden integrieren können.

Das Lehrmaterial wird als Download zur Verfügung gestellt.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Trainer Pilates

DTB-Akademie ▶ LG 26914070 15 LE

Corinna Michels

27. – 28.6.2026 | Sa 9 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

V Gymcard 204,- / regulär 239,-

Ü/V Gymcard 229,- / regulär 264,-

Yoga – die Ausbildung im Überblick

Yoga bietet eine Vielfalt an Möglichkeiten, die Gesundheit und das Lebensgefühl der Menschen zu aktivieren und zu verbessern. Es hilft den Menschen, einen Ausgleich in ihrem hektischen, stressigen und überreizten Alltag zu finden. Neben den körperlichen Aspekten der Yogapraxis, wie Verbesserung von

DTB-Akademie

Ausbildungsweg Yoga

DTB-Yogalehrer 500+ Stunden

Mastermodule

- Prüfung und Abschlussarbeit 50 LE
- Mastermodule Yoga & Psychologie + Supervision 75 LE
- Mastermodule Yoga & Philosophie + Supervision 25 LE
- Mastermodule Yoga & Philosophie + Supervision 75 LE
- Mastermodule Yoga & Philosophie + Supervision 25 LE
- Mastermodule Yoga & Anatomie + Supervision 75 LE
- Mastermodule Yoga & Anatomie + Supervision 25 LE

DTB-Kursleiter Yoga

Stufe 1 – 5

- 5 – Supervision 20 LE
- 4 – Yoga unterrichten und anleiten 25 LE
- 3 – Mit Yoga ins Gleichgewicht 25 LE
- 2 – Yoga rund um die Wirbelsäule 25 LE
- 1 – Das Facettenreichtum des Hatha-Yoga 25 LE

Voraussetzungen

- Basismodul Fitness- & Gesundheitstraining oder
- ÜL-Trainerlizenz oder
- professionelle Ausbildung
- und ein halbes Jahr praktische Yogaerfahrung

DTB-Yogalehrer 200+ Stunden

Aufbaukurse

- Supervision 25 LE
- 3 – Pranayama 25 LE
- 2 – Asana-Variationen 25 LE
- 1 – Yoga Adjustements 25 LE

Yoga

Muskelkraft, Durchblutung, Gleichgewicht und Flexibilität, wirkt Yoga auf das mentale und emotionale Erleben. Yoga unterstützt die Fähigkeit, sich körperlich und mental zu entspannen, mit Stress besser umzugehen, in belastenden Situationen gelassener zu reagieren und neue Energien zu mobilisieren.

Die Stufen 1 – 5 der Ausbildung zum DTB-Kursleiter Yoga bauen aufeinander auf und müssen in entsprechender Reihenfolge gebucht werden. Dabei müssen die Stufen 3 – 5 am selben Ausbildungszentrum der DTB-Akademie absolviert werden, da hier bereits auf die Abschluss-Supervision vorbereitet wird. Schnupperteilnehmer, die keinen Abschluss machen wollen, können an den Stufen 1, 2 und 3 teilnehmen und diese in vorgegebener Abfolge als eigenständige

Weiterbildung buchen. Lizenzierte DTB-Kursleiter Yoga können sich durch Absolvierung der drei Aufbaukurse und anschließender Supervision zum DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) weiterbilden. Die Aufbaukurse müssen nacheinander absolviert werden. Wir empfehlen die AufbauModule an einem Standort bzw. bei einem Referenten zu absolvieren.

Für lizenzierte DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) gibt es die Möglichkeit, sich durch Absolvierung von Mastermodulen zum DTB-Yogalehrer (500+ Stunden) weiterzubilden. Jedes Themengebiet umfasst drei Module und eine Supervision. Alle Module eines Themenblocks und die dazugehörige Supervision müssen an einem Standort bzw. dem gleichen Referenten absolviert werden. Die Reihenfolge innerhalb eines Themenblocks ist beliebig. Nach Absolvierung aller Master-Module und Supervisionskurse wird die Weiterbildung mit einem Prüfungsmodul und einer Abschlussarbeit beendet

DTB-KURSLEITER YOGA

Yoga – Stufe 1

Das Feuer erwecken – der Facettenreichtum des Hatha-Yoga

Inhalte:

- Geschichte, Hintergründe und philosophische Grundlagen

- der achtgliedrige Yogapfad nach Patanjali, Grundlagen des Hatha Yoga
- die Bedeutung der Wahrnehmung im Yoga-Unterricht
- Grundhaltung (Asanas) und Bewegungsabläufe (Karanas/Flows)
- Formen der Asana-Praxis (dynamisch, statisch)
- Hinführungsübungen zum Sonnengruß und Sonnengrußmodifikationen
- Grundlagen der Yoga-Atmung
- Asana-Analyse, Tiefenentspannung
- Modellstunden

Eigene Yoga-Erfahrung sollte bereits vorhanden sein. Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL -C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium und mind. 1/2 Jahr (ca. 30 Stunden) praktische Yoga-Erfahrung (schriftliche Bestätigung des Yogakursleiters ist ausreichend)

DTB-Akademie ▶ LG 26914101 25 LE

Pritpal Kaur


4. – 6.9.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-




Das Buchungssystem für WTB-Vereine

Organisiere euren Vereinsbetrieb einfach und digital




Jetzt Gutscheine einlösen und Yolawo 3 Monate kostenlos testen!



<https://yolawo.de/buchungssystem-wtb-vereine/>





Yoga – Stufe 2

Energie im Fluss –

Yoga rund um die Wirbelsäule

Inhalte:

- das Chakrasystem: Energieanatomie (Nadis, Prana)
 - Bedeutung der Elemente Erde, Wasser und Feuer in Bezug auf das Chakrasystem
 - Modellstunden: Muladhara Chakra (Erdung, Stabilität) / Svadhisthana Chakra (Prinzip Fließen, Loslassen) / Manipura Chakra (Feuer, Verdauungsfeuer anregen)
 - themenbezogene Entspannungs- und Visualisierungsübungen
 - Definition und Bedeutung von Mula Bandha
 - anregende und kühlende Asana-Praxis und Pranayamas
 - Stundenanalyse
 - Grundformen der Entspannung
 - Asana-Analyse (Stand, Hüftöffner, Vor- und Rückbeugen)
 - Symbolik und Bedeutung der praktizierten Asanas
- Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Kursleiter Yoga Stufe 1

DTB-Akademie ▶ LG 26914102 25 LE
Pritpal Kaur
 13. – 15.11.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 270,- / regulär 315,-
 Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Yoga – Stufe 3

Zur Ruhe kommen – mit Yoga ins Gleichgewicht

Inhalte:

- Anahata Chakra (Weite im Herzraum), Stundenanalyse
 - Vishuddha Chakra (Übungen für Hals-, Nacken-, Schulterbereich)
 - Ajna Chakra (Gleichgewichtshaltungen, Umkehrstellungen)
 - themenbezogene Entspannungs- und Visualisierungsübungen
 - Yoga Nidra (der yogische Heilschlaf)
 - Asana-Analyse (Stand, Rückbeugen, Rotationen, Umkehrhaltungen)
 - Symbolik und Bedeutung der praktizierten Asanas
 - Entspannung: westliche und östliche Ansätze und Sichtweisen
 - die Gunas: Manifestationen der Energien
- Es werden vorrangig Teilnehmer zugelassen, die bereits die Ausbildung begonnen und die Stufen 1 und 2 absolviert haben.
- Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Kursleiter Yoga Stufe 1 und 2

DTB-Akademie ▶ LG 26914103 25 LE
Pritpal Kaur
 4. – 6.12.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 270,- / regulär 315,-
 Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Yoga – Stufe 4

Schritt für Schritt in die eigene Unterrichtspraxis – Yoga unterrichten und anleiten

Inhalte:

- Vinyasa Krama: in sinnvollen Schritten zu einem Asana/Karana-Stundenbild
- Bedeutung von Hinführungs- und Vorbereitungsübungen
- Methodik und Didaktik im Yoga-Unterricht, allgemeine Formen des Yoga-Unterrichts
- Ansätze zur Gestaltung, Konzeption und Aufbau einer Yogastunde
- Anleiten im Unterricht: Bedeutung von Sprache und Stimme
- Modellstunden: Gleichgewichtshaltungen und Energiefluss
- Unterrichtsprinzipien und -techniken, Stundenanalyse, Lehrproben
- Vergabe der Supervisionsthemen

Die Teilnehmer bekommen in Stufe 4 ein Prüfungsthema ausgehändigt, welches in Form einer schriftlichen Ausarbeitung bearbeitet und als eine praktische

Lehrprobe demonstriert wird. Die schriftliche Ausarbeitung ist an den für den Lehrgang zuständigen Ausbildungsstandort der DTB-Akademie auszuhändigen. Über den Zeitpunkt der Abgabe werden die Teilnehmer informiert. Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Kursleiter Yoga Stufen 1 – 3

DTB-Akademie ▶ LG 26914104
 22. – 24.1.2027 | Fr 16 – So 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 270,- / regulär 315,-
 Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Yoga – Stufe 5

Den Gipfel erklimmen – Supervision

Inhalte:

- Abgabe der schriftlichen Stundenausarbeitungen an den Ausbildungsleiter
- praktische Lehrprobe
- Supervision der Teilnehmer und individuelles Coaching
- gemeinsamer Abschluss

Die Teilnehmer bekommen in der Yoga-Stufe 4 ein Thema für eine Lehrprobe ausgehändigt.

Abschluss: Nach erfolgreicher und bestandener Lehrprobe erhalten die Teilnehmer das Zertifikat DTB-Kursleiter Yoga. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig. Es berechtigt zur Teilnahme an der Weiterbildung DTB-Yogalehrer (200+ Stunden).

Voraussetzung: DTB-Kursleiter Yoga Stufen 1 – 4

DTB-Akademie ▶ LG 25914095 20 LE
 (nur für Ausbildung aus 2025)
Pritpal Kaur
 16. – 17.1. oder 17. – 18.1.2026
 (die Termineinteilung erfolgt innerhalb der Ausbildung) | Fr 16 – So 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 V Gymcard 205,- / regulär 245,-
 Ü/V Gymcard 230,- / regulär 270,-

DTB-Akademie ▶ LG 26914105 20 LE
 (nur für Ausbildung aus 2026)
Pritpal Kaur
 10. – 11.4.2027 | Sa 9 – So 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 V Gymcard 205,- / regulär 245,-
 Ü/V Gymcard 230,- / regulär 270,-

DTB-Yogalehrer-Ausbildung (200+ Stunden) Aufbaukurse

Lizenzierte DTB-Kursleiter Yoga können sich durch Absolvierung der drei Aufbaukurse und anschließender Supervision zum DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) weiterbilden. Die im Folgenden beschriebenen Aufbau-module müssen nacheinander absolviert werden. Wir empfehlen die Aufbaumodule an einem Standort bzw. bei einem Referenten durchzuführen.

- Aufbaukurs 1: Yoga Adjustments
- Aufbaukurs 2: Weiterführende Asana-Variationen, Termin 27. – 29.11.2026
- Aufbaukurs 3: Pranayama – Die Atemschule des Hatha 20. – 22.2.2026 (Termin für Ausbildung aus 2025) + 5. – 7.2.2027 (Termin für Ausbildung 2026).

Aufbaukurs 1 Yoga Adjustments

Aktive und passive Methoden der Unterstützung dienen der Vertiefung und Verfeinerung der Asana-Praxis aus der Grundausbildung. In diesem Modul stehen das Wissen über Yoga Adjustments (Hilfestellungen, so genannte Hands-on-Techniken) und der Einsatz von Yoga-Hilfsmitteln im Vordergrund. Darüber hinaus werden Energieübungen praktiziert, um ein Gefühl für das Gegenüber zu entwickeln und zu erspüren, wo und wann Adjustments hilfreich sind.





Inhalte:

- allgemeine Formen der Unterstützung Hilfsmittel, Berührung, verbal)
 - intensive Asanapraxis: Kursreihen, in denen aktiv erlebt werden kann, wie sich Adjustments anfühlen und wie sie in Folge als aktiver Part ausgeführt werden
 - Formen der Partnerarbeit (beide aktiv/ aktivpassiv)
 - Energie- und Sensibilisierungsübungen
 - Entspannung und Meditation
- Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Kursleiter Yoga

DTB-Akademie ▶ LG 26914051	25 LE
Pritpal Kaur	
19. – 21.6.2026 Fr 16 – So 15 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha	
V Gymcard 270,- / regulär 315,-	
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-	FB 15,-

Aufbaukurs 2 Weiterführende Asana-Variationen

Basierend auf den Grundhaltungen, die in der DTB-Kursleiter/in Yoga-Weiterbildung (Stufe 1) vermittelt wurden, liegt der Schwerpunkt in diesem Kurs auf kombinierten Kraft-, Stütz-, Rotations- und Einführung in Umkehrhaltungen sowie Variationen und komplexen Karana-Varianten. Anhand der Rahmenhandlung der Bhagavadgita wird ein tieferes Verständnis für die Haldhaltungen (Heldenserie) vermittelt.

Inhalte:

- Einführung und Variationen von Umkehrhaltungen
 - Standhaltungen und Rotationen
 - fortgeschrittene Balancehaltungen
 - Kraft- und Stützübungen (und schrittweise Hinführung zur eigenen Unterrichtspraxis)
 - komplexe Karana-Varianten
 - Heldenserie
 - Einführung in die Bhagavadgita
 - Entspannung und Meditation
- Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) – Aufbaukurs 1

DTB-Akademie ▶ LG 26914052	25 LE
Pritpal Kaur	
27. – 29.11.2026 Fr 16 – So 15 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha	
V Gymcard 270,- / regulär 315,-	
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-	FB 15,-

Aufbaukurs 3 Pranayama – die Atemschule des Hatha Yoga

Die Pranayama-Einheiten sind eingebunden in themenbezogene Asanapraxis sowie vertiefende Kontemplations- und Meditationsübungen.

Vermittelt werden klassische Pranayamas, Manifestationen des Prana, der Einsatz von Bandhas, Mudra und Energielenkung. Die Teilnehmer lernen darüber hinaus, wie man Pranayama schrittweise (im Sinne von Vinyasa Krama) in die eigene Unterrichtsplanung

integrieren kann.

Inhalte:

- Pranayama: Samana-, Langhana-, Brmhana-betont
- Bedeutung und Techniken von Kumbhaka (Atemleere/Atemfülle)
- Bandhas
- Feinstoffphysiologie: Pancha Kosha (5 Hüllen) und Pancha Vayu (Aspekte des Prana)

Die Teilnehmer bekommen im Aufbaukurs 3 ein Supervisionsthema ausgehändigt, welches in Form einer schriftlichen Ausarbeitung bearbeitet und als praktische Lehrprobe demonstriert wird. Die schriftliche Ausarbeitung ist an das für den Lehrgang zuständige Ausbildungszentrum der DTB-Akademie auszuhändigen. Über den Zeitpunkt der Abgabe werden die Teilnehmer informiert. Ebenso ist zur Zulassung zur Supervision ein Nachweis über die Teilnahme an mind. 10 weiteren Hatha-Stunden einzureichen (schriftlicher Nachweis des Yogalehrers oder Teilnahmebescheinigung ist ausreichend).

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) – Aufbaukurs 2

DTB-Akademie ▶ LG 25914043	25 LE
(Termin für Ausbildung aus 2025)	
Pritpal Kaur	
20. – 22.2.2026 Fr 16 – So 15 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha	
V Gymcard 270,- / regulär 315,-	
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-	FB 15,-

DTB-Akademie ▶ LG 26914053	25 LE
(Termin für Ausbildung aus 2026)	
Pritpal Kaur	
5. – 7.2.2027 Fr 16 – So 15 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha	
V Gymcard 270,- / regulär 315,-	
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-	FB 15,-

DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) – Supervision

Inhalte:

- Abgabe der Stundenausarbeitungen vorab
- eigene Präsentation einer Stundenphase
- Feedback, Supervision und Coaching durch die Ausbildungsleitung
- gemeinsamer Abschluss

Nachweis über die Teilnahme an mind. 10 weiteren Hatha-Stunden (schriftliche Bestätigung der Kursleitung oder Teilnahmebescheinigung).

Abschluss: Nach erfolgreicher und bestandener Lehrprobe erhalten die Teilnehmer das Zertifikat DTB-Yogalehrer (200+ Stunden).

Das Zertifikat muss alle zwei Jahre mit acht Lerneinheiten verlängert werden. Die Fortbildungsmaßnahmen müssen von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahmen sein.

Voraussetzung: DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) – Aufbaukurs 3

DTB-Akademie ▶ LG 25914044
Termin für Ausbildung aus 2025
20 LE (plus 5 LE Lehrprobenvorbereitung)

Pritpal Kaur	
24. – 25.4.2026 oder 25. – 26.4.2026 (die Termineinteilung erfolgt nach Eingang der Anmeldungen durch den WTB) Fr 16 – So 15 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha	
V Gymcard 205,- / regulär 245,-	
Ü/V Gymcard 230,- / regulär 270,-	

DTB-Akademi ▶ LG 26914054
Termin für Ausbildung aus 2026
20 LE (plus 5 LE Lehrprobenvorbereitung)

Pritpal Kaur	
24. – 25.4.2027 Sa 9 – So 15 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha	
V Gymcard 205,- / regulär 245,-	
Ü/V Gymcard 230,- / regulär 270,-	

SAVE THE DATE

Yoga, Meditation, Atmung, Stressabbau, Achtsamkeit



18. – 19. Juli
2026

Yoga & Pilates Convention

in der Landesturnschule Oberwerries
online buchbar ab Anfang Februar

Bringe Körper und Seele in Einklang



DTB-Yogalehrer-Ausbildung Mastermodule (500+ Stunden)

Lizenzierte DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) können sich durch die Absolvierung von Mastermodulen zum DTB-Yogalehrer (500+ Stunden) weiterbilden. Die Module gehören drei Themenblöcken an:

- Yoga & Philosophie (in 2025 angeboten)
- Yoga & Psychologie (in 2025 angeboten)
- Yoga & Anatomie – Medizinische Grundlagen

Infos zu den Inhalten aller Mastermodule unter www.dtb-akademie.de.

Jeder Themenblock umfasst drei Module und eine Supervision. Alle Module eines Themenblocks und die dazugehörige Supervision müssen an einem Standort bzw. bei dem gleichen Referenten absolviert werden. Die Reihenfolge der Module innerhalb eines Themenblocks sowie die Reihenfolge der Themenblöcke ist beliebig. Die Weiterbildung zum DTB-Yogalehrer (500+ Stunden) schließt mit einer Prüfung über alle Module und einer Abschlussarbeit ab.

Abschluss: Nach erfolgreicher und bestandener Abschlussprüfung erhalten die Teilnehmer das Zertifikat DTB-Yogalehrer (500+ Stunden).

Das Zertifikat muss alle zwei Jahre mit acht Lerneinheiten verlängert werden. Die Fortbildungsmaßnahmen müssen von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahmen sein.

Voraussetzung: DTB-Yogalehrer (200+ Stunden)



Yogalehrer Mastermodul Supervision Block Yoga & Psychologie & Philosophie

für Teilnehmer aus 2024 und 2025

Jeder Themenblock umfasst drei Module und eine Supervision. Alle Module eines Themenblocks und die dazugehörige Supervision müssen an einem Standort bzw. dem gleichen Referenten absolviert werden. Die Reihenfolge der Module innerhalb eines Themenblocks sowie die Reihenfolge der Themenblöcke ist beliebig.

An diesem Termin besteht die Möglichkeit an einem der Mastermodule Yoga & Psychologie oder Philosophie die Supervision ablegen zu können. Die Teilnehmer werden gebeten bei der Anmeldung im Gymnet (unter Nachricht an den Ausrichter) anzugeben welche Supervision sie an diesem Termin ablegen wollen.

Voraussetzung: DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) + Teilnahme an Mastermodul Block Yoga & Psychologie Teil I – III oder Philosophie Teil I – III

DTB-Akademie ▶ LG 26914010 25 LE

Pritpal Kaur

6. – 7.2. oder 7. – 8.2.2026 (die konkrete Termineinteilung erfolgt nach Eingang der Anmeldungen durch den WTB) | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 205,- / regulär 245,-
Ü/V Gymcard 230,- / regulär 270,-

DTB-Akademie ▶ LG 26914040 25 LE

Pritpal Kaur

15. – 16.5. oder 16. – 17.5.2026 (die Termineinteilung erfolgt nach Eingang der Anmeldungen durch den WTB) | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 205,- / regulär 245,-
Ü/V Gymcard 230,- / regulär 270,-

BLOCK YOGA & ANATOMIE – MEDIZINISCHE GRUNDLAGEN TEIL I – III

Yoga & Anatomie – Medizinische Grundlagen Teil I

Dieser Themenblock mit dem Schwerpunkt *Yoga für die Gesundheit* betrachtet unter ganzheitlichen Gesichtspunkten den Einsatz von Yoga in der Prävention und der Rehabilitation. Fundierte Anatomiekenntnisse bilden die Basis für einen befreienden, gesunden Yogaunterricht. In diesem Modul Themenblock werden

anatomisch-funktionelle Zusammenhänge für die Yoga-Praxis vermittelt.

Lower body: Schwerpunkt dieses Weiterbildungswochenendes ist die funktionelle Anatomie der unteren Extremitäten und der Lenden-Beckenregion. Es werden typische Beschwerde- und Krankheitsbilder erläutert und mögliche Bewegungskorrekturen sowie Bewegungsalternativen für die Yoga-Praxis aufgezeigt. In Theorie und Praxis werden Zusammenhänge zwischen Muskeln, Gelenken, Organen und Strukturen erklärt.

Inhalte:

- Anatomie: Füße, Beine, Becken, LWS
- Themenstunden, Methodik, Didaktik, Theorie und Praxis

Voraussetzung: DTB-Yogalehrer (200+ Stunden)

DTB-Akademie ▶ LG 26914081 25 LE

Pritpal Kaur

27. – 29.7.2026 | Mo 16 – Mi 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 270,- / regulär 315,-
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-

FB 15,-

Yoga & Anatomie – Medizinische Grundlagen Teil II

Upper Body: Schwerpunkt dieses Aus- bzw. Fortbildungswochenendes ist die funktionelle Anatomie der oberen Extremität, der Brust- und Halswirbelsäule und der Schulter- Nacken-Region. Es werden typische Beschwerde- und Krankheitsbilder erläutert und mögliche Bewegungskorrekturen sowie Bewegungsalternativen für die Yoga-Praxis aufgezeigt. In Theorie und Praxis werden Zusammenhänge zwischen Muskeln, Gelenken, Organen und Strukturen erklärt.

Inhalte:

- Anatomie: Hände, Arme, Schulter, BWS, HWS
- Themenstunden, Methodik, Didaktik, Theorie und Praxis

Voraussetzung: DTB-Yogalehrer (200+ Stunden)

DTB-Akademie ▶ LG 26914082 25 LE

Pritpal Kaur

29. – 31.7.2026 | Mi 16 – Fr 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 270,- / regulär 315,-
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-

FB 15,-

Yoga & Anatomie – Medizinische Grundlagen Teil III

Center Body: Schwerpunkt dieses Moduls ist die funktionelle Anatomie und Physiologie der Organe im Bauch-, Brust- und Kopfbereich. Es werden typische Beschwerde- und Krankheitsbilder erläutert und mögliche Bewegungskorrekturen sowie Bewegungsalternativen für die Yoga-Praxis aufgezeigt. In Theorie und Praxis werden Zusammenhänge zwischen physiologischen und energetischen Vorgängen erklärt. Verdauung, Ernährung und die eigene Lebensweise werden aus der Sicht der Samkhya-Philosophie hinterfragt.

Inhalte:

- Anatomie/Physiologie: Organe, Verdauung, Ernährung
- Atmung, Nervensystem, Drüsen
- Themenstunden, Methodik, Didaktik, Theorie und Praxis
- Meditation

Voraussetzung: DTB-Yogalehrer (200+ Stunden)

DTB-Akademie ▶ LG 26914083 25 LE

Pritpal Kaur

31.7. – 2.8.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 270,- / regulär 315,-
Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-

FB 15,-

Yogalehrer Mastermodul Supervision Block Yoga & Anatomie

Jeder Themenblock umfasst drei Module und eine Supervision. Alle Module eines Themenblocks und die dazugehörige Supervision müssen an einem Standort bzw. beim gleichen Ausbilder absolviert werden. Die Reihenfolge der Module innerhalb eines Themenblocks sowie die Reihenfolge der Themenblöcke ist beliebig.

Voraussetzung: DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) + Teilnahme an Mastermodul Block Anatomie Teil I – III

DTB-Akademie ▶ LG 26914120 20 LE

Pritpal Kaur

12. – 13.9.2026 | Sa 9 – So 16 Uhr

Landesturnschule Oberwerries
ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
V Gymcard 205,- / regulär 245,-
Ü/V Gymcard 230,- / regulär 270,-

DTB-Yogalehrer (500+ Stunden) Mastermodule Supervisionen & Abschlussprüfung

Ausgebildete DTB-Yogalehrer (200+ Stunden) können sich durch die Absolvierung von Mastermodulen zum DTB-Yogalehrer (500+ Stunden) weiterbilden.

Die Module gehören drei Themenblöcken an:

- Yoga & Anatomie – medizinische Grundlagen
- Yoga & Philosophie
- Yoga & Psychologie

Jeder Themenblock umfasst drei Module und eine Supervision. Alle Module eines Themenblocks und die dazugehörige Supervision müssen an einem Standort bzw. dem gleichen Ausbilder absolviert werden. Die Reihenfolge der Module innerhalb eines Themenblocks sowie die Reihenfolge der Themenblöcke ist beliebig. Die Weiterbildung zum DTB-Yogalehrer (500+ Stunden) schließt mit einer Prüfung über alle Module und einer Abschlussarbeit ab. Die Prüfung besteht aus vier Bausteinen:

- schriftliche Prüfung
- Stundenkonzept über 10 Stunden (kann bereits ab dem sechsten Mastermodul erstellt werden)
- Selbsterfahrungsprojekt (kann bereits ab dem sechsten Mastermodul stattfinden)
- praktische Prüfung

Wichtiger Hinweis!

Innerhalb des Prüfungszeitraumes werden zwei Prüfungsterminblöcke gebildet.

1. Block 14. – 15.8.2026 / Fr 9 – Sa 12 Uhr
2. Block 15. – 16.8.2026 / Sa 13 – So ca. 16.30 Uhr

Die Teilnehmer haben bei der Anmeldung im Gymnet die Möglichkeit (unter Nachricht an den Ausrichter) einen bevorzugten Terminblock zu benennen. Je nach Tn-Rückmeldungen besteht kein Anspruch auf den bevorzugt genannten Terminblock.

Abschluss: Nach erfolgreicher und bestandener Abschlussprüfung erhalten die Teilnehmer das Zertifikat DTB-Yogalehrer (500+ Stunden). Das Zertifikat muss alle zwei Jahre mit acht Lerneinheiten verlängert werden. Die Fortbildungsmaßnahmen müssen von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahmen sein.

Voraussetzung: alle Mastermodule und dazugehörige Supervisionen

DTB-Akademie ▶ LG 26914090 20 LE
Pritpal Kaur
 14. – 16.8.2026 | Block 1 Fr 9 – Sa 12 Uhr /
 Block 2 Sa 13 – So ca. 16.30 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 225,- / regulär 265,-
 Ü/V Gymcard 250,- / regulär 290,-

ZUSAMMENARBEIT MIT KRANKENKASSEN

Um einen Yogakurs so anbieten zu können, dass er von den Krankenkassen bezuschusst wird, muss er bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) gelistet werden. Die ZPP prüft dabei:

1. **Das Konzept:** Es muss ein Kurskonzept inkl. Stundenbildern eingereicht werden. Die DTB-Akademie bietet die Einweisung in das Kurskonzept Hatha Yoga an, welches bei der ZPP bereits positiv geprüft wurde. Siehe www.dtb-akademie.de
2. **Die Anbieterqualifikation:** Kursleiter müssen eine gewisse fachliche Qualifikation gemäß dem Leitfadens Prävention vorweisen. Die DTB-Akademie händigt als Service ihren Teilnehmenden Lehrpläne aus, die bei der Kompetenzprüfung bei der ZPP behilflich sein können und den Mitarbeitern dort die Zuordnung der Ausbildungsinhalte und -umfänge erleichtern sollen. Bei Fragen zur Anerkennung der eigenen Qualifikationen bitten wir direkt Kontakt zur ZPP aufzunehmen – wir können hierzu keine verbindlichen Aussagen geben.

Mehr unter www.dtb-akademie.de > Akademie > Infos > Krankenkassen & ZPP PRÄVENTIONSGEPRÜFT

WEITERE FORTBILDUNGEN YOGA/PILATES/BODY& MIND

Pilates – entwickle körperliche und mentale Stärke

Fortbildung I für DTB-Trainer Pilates

Dass Pilates-Training die Widerstandsfähigkeit des Körpers stärkt ist längst bekannt! Es fördert seine Flexibilität, kräftigt, gleicht Dysbalancen aus und optimiert damit die äußere Haltung. Und mehr als das, auch die mentale Kraft und damit die Fähigkeit, in stressigen und herausfordernden Situationen widerstandsfähig zu bleiben, kann mit Pilates gesteigert werden. Dies zeigen Studien mittlerweile deutlich.

In diesem Workshop fördern wir die Kraft bewusst für beide Bereiche!

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Zertifikat DTB-Trainer Pilates, Teilnehmer mit Pilateserfahrung oder ÜL-C-/Tr-C-Lizenz

DTB-Akademie ▶ LG 25914110 8 LE
Corinna Michels
 23.1.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

Body & Mind – Me Time

Dieses Seminar bietet eine wohltuende Kombination aus Achtsamkeit, Me Time, Yoga und Pilates – eine Auszeit für Körper und Geist.

Vermittelt wird, wie durch bewusste Bewegung innere Balance gestärkt und neue Energie geschöpft

werden kann. Gemeinsam werden sanfte Yoga- und Pilates-Einheiten praktiziert, um Körper und Atem in Einklang zu bringen, Spannungen zu lösen und neue Kraft zu tanken.

Achtsamkeitsübungen unterstützen dabei, die eigene Wahrnehmung zu schärfen und sich selbst wertvolle Zeit zu schenken.

Das Seminar eignet sich für alle, die entschleunigen, auftanken und sich selbst etwas Gutes tun möchten – für mehr Balance im Alltag.

▶ LG 26934010 8 LE
Kirsten Prinz
 18.4.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
 Detmold
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

Wand Pilates

Fortbildung II für DTB-Trainer Pilates

Nur ein flüchtiger Hype oder sinnvolle Trainingsalternative?

Entdecke die Vielseitigkeit der Wand als Trainingspartner! In dieser Fortbildung lernen Sie, wie mit gezielten Wandübungen die Körperhaltung, Stabilität und Tiefenmuskulatur der Teilnehmer effektiv gefördert werden können. Sie erhalten methodische Tipps und zahlreiche Übungsvariationen – von Mobilisation bis Kräftigung. Ideal für alle, die ihren Pilatesunterricht kreativ und sicher erweitern möchten.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Zertifikat DTB-Trainer Pilates, Teilnehmer mit Pilateserfahrung oder ÜL-C-/Tr-C-Lizenz



DTB-Akademie ▶ LG 26914020 8 LE
Corinna Michels
 24.4.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

▶ 25. – 26.4.2026 DTB Kursleiter Gleichgewicht und Stabilisation, Ü/F 24. – 25.4.2026 für 35,- buchbar unter lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 3000026.

TriloChi – ganzheitlich & gesundheitsorientiert

TriloChi ist eine ganzheitliche Bewegungsmethode, die fernöstliche Elemente wie Qi Gong, Tai Ji und Yoga mit westlichen Trainingsformen wie Pilates und Stretching verbindet. Ziel ist es, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und das Chi – die Lebensenergie – zu stärken. Durch sanfte, fließende Übungen werden Beweglichkeit, Atmung und Körperwahrnehmung gefördert. Der Tageslehrgang bietet Übungsleitern neue Impulse für entspannende und gesundheitsfördernde Bewegungsangebote. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Offenheit und Neugier genügen.

▶ LG 26931010 8 LE
Kerstin Hecking
 25.4.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
 Bochum
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

TriloChi und Chi Yoga

In dieser praxisorientierten Fortbildung lernen Übungsleiter zwei ganzheitliche Bewegungsformen kennen, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringen. TriloChi verbindet fernöstliche Methoden wie Qi Gong, Tai Ji und Yoga mit westlichen Trainingsansätzen wie Pilates und Stretching – für mehr Beweglichkeit, Achtsamkeit und Energiefluss. Chi Yoga ergänzt das Konzept durch fließende, sanfte Bewegungen, die die Atmung vertiefen und die innere Balance stärken. Beide Methoden fördern die Körperwahrnehmung, Entspannung und Gesundheit auf ganzheitliche Weise. Ideal für alle, die neue Impulse für ihre Kursangebote suchen.

► LG 26924010 15 LE

Kerstin Hecking

9. – 10.5.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,- FB 10,-

Pilates – das Spiel mit Tempo und Rhythmus

Fortbildung III für DTB-Trainer Pilates

Bring Dynamik in deine Pilates-Stunden!

In dieser Fortbildung erfahren die Teilnehmer, wie sie durch gezieltes Variieren von Tempo und Rhythmus neue Trainingsreize setzen und die Körperwahrnehmung ihrer Teilnehmer schärfen können. Sie lernen, wie Sie Übungen im Flow, mit bewussten Pausen oder im Wechselspiel von langsam und schnell anleiten können und so für Abwechslung und Motivation sorgen.

Inhalte:

- Prinzipien von Tempo und Rhythmus im Pilates
- Atmung als Taktgeber: Synchronisation von Bewegung und Atemfluss

Praktische Übungssequenzen mit unterschiedlichen Tempi.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Zertifikat DTB-Trainer Pilates, Teilnehmer mit Pilateserfahrung oder ÜL-C-/Tr-C-Lizenz

DTB-Akademie ► LG 26914060 8 LE

Corinna Michels

26.6.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

► 27. – 28.6.2026 DTB-Trainer Pilates Advanced – Modul 3 Hüftgelenk & Faszien Fokus, Ü/F vom 26. – 27.6.2026 für 35,- buchbar unter lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 3000026. !

Yin Yoga – die Kunst des Loslassens

Fortbildung I für Yoga Kursleiter und Yoga Lehrer

Yin Yoga ist eine ruhige und meditative Yogapraxis, ein sanfter Gegenpol zu allen dynamischen und kräftigenden Yogastilen wie Hatha- oder Vinyasa Yoga. Beim Yin Yoga werden die Körperpositionen überwiegend im Sitzen oder Liegen über mehrere Minuten passiv in der Dehnung gehalten, sodass dieser Impuls bis in die tiefen Schichten des Bindegewebes nachhaltig wirken kann. Vor allem geht es darum, in die Asana hinein zu entspannen und dabei den Atem frei fließen zu lassen, um auf diese Weise innere Ruhe zu finden und Spannungen im Körper zu lösen. Faszien, Sehnen und Bänder werden sanft gedehnt und aktiviert. Blockaden und Verspannungen können so gelöst werden. Eine tiefe Entspannung sowie mehr Flexibilität werden entwickelt. Auf der energetischen Ebene öffnet Yin Yoga das Meridian-System des Körpers, welches den Energiefluss im Körper fördert und somit das körperliche, emotionale und geistige Gleichgewicht unterstützt.

In dieser Fortbildung bekommen Sie einen Überblick über die Theorie und Praxis des Yin Yogas. Sie lernen verschiedene Yin-Positionen sowie Yin-Sequenzen unter Berücksichtigung der Meridianlehre kennen.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Kursleiter Yoga und



Yogaerfahrene, ÜL-C-/ Tr-C-Lizenz oder vergleichbare Ausbildung (auf Anfrage)

DTB-Akademie ► LG 26914030 8 LE

Pritpal Kaur

14.5.2026 | Do 10 – 17 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

Qi Gong – Ruhe in Bewegung

Qi-Gong und Tai Chi sind bewährte Methoden der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), die Körper, Geist und Atmung in Einklang bringen. Sie fördern Beweglichkeit, Konzentration, Balance und helfen beim Stressabbau – sowohl im Alltag als auch im Training. Durch den Wechsel von ruhigen und fließenden Bewegungen im Stehen, Sitzen und Liegen wird das Qi – die Lebensenergie – sanft durch den Körper geleitet. Dabei werden Muskeln, Sehnen, Bänder und Gelenke mobilisiert, die Selbstheilungskräfte aktiviert und eine tiefe geistige Ruhe gefördert.

Diese Weiterbildung richtet sich an Übungsleiter und Trainer, die Elemente aus Qi-Gong und Tai Chi in ihre gesundheitsorientierten Angebote integrieren möchten. Neben theoretischen Grundlagen (Qi, Meridiane, Yin & Yang, fünf Elemente) liegt der Schwerpunkt auf der praktischen Anwendung – mit Übungen aus dem Shibashi-Qi-Gong, Achtsamkeit, Meditation und Körperwahrnehmung.

Für mehr innere Ruhe, Energie und Stabilität – im Alltag und im Training.

► LG 26924020 15 LE

Dariusch Abiatinejad

27. – 28.6.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B

Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,- FB 10,-

Breathwork – Sessions mit Pilates und Yoga

Im ersten Block vertiefen wir das Pilates-Training und die Verbindung zu mehr Bewusstsein, Raum und Zeit für den Atem. Im zweiten Inhaltsblock steht Yoga im Mittelpunkt.

Mittels atemdynamischen, beruhigenden und ausgleichenden Praxisübungen und Stunden lernst Du innerhalb von Sekunden in die Regulation des Körpers und Ansteuerung des Energiesystems zu finden. Mit Breathwork darf die Stressregulation und Entspannung immer wieder in den Vordergrund treten, um ein tieferes Bewusstsein für sich selbst zu entwickeln.

Der Lehrgang dient zur Atemsensibilisierung, der Hervorhebung der Atmung und deren Funktion sowie Wirkungsweisen in Praxis und Theorie.

Voraussetzung: Pilates- und Yoga-Erfahrung, es ist jedoch keine Vorerfahrungen im Breathwork Training nötig

► LG 26924030 15 LE

Steffi Heise

4. – 5.7.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,- FB 10,-

Neuro-Yoga

Fortbildung II für Yoga Kursleiter und Yoga Lehrer

Beim Neuro-Yoga werden zwei wirkungsvolle Ansätze zur Verbesserung der Bewegungssteuerung und Körperwahrnehmung verknüpft und kombiniert: Neurozentriertes Training und alte Wissen von Yoga.

Durch diese Kombination entsteht Neurozentriertes Yoga, bei dem gezielt und fokussiert das Nervensystem während der Ausführung von Yogaübungen angesprochen wird. Yoga-Abfolgen können somit effizienter und präziser ausgeführt werden, das Gleichgewicht und die Eigenwahrnehmung wird verbessert und auch die Achtsamkeit und mentale Stärke wird gefördert. Die Teilnehmer lernen in dieser

SAVE THE DATE! 4. und 5. Juni 2026 Friedensschule Hamm

LTF26 5. NRW-LANDESTURNFEST 2026

www.nrw-landesturnfest.de/unser-programm/turnfestakademie

Fortbildung, wie Sie sich und ihre Teilnehmer dabei unterstützen können, die Übungen effizienter und präziser auszuführen.

Neuro-Yoga steigert sowohl die sportliche Leistungen, erleichtert den Alltag, reduziert Verletzungen und gleicht bestehende Bewegungsdefizite aus.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Kursleiter Yoga und Yogaerfahrene, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder vergleichbare Ausbildung (auf Anfrage)

DTB-Akademie ▶LG 26914110 **8 LE**
Pritpal Kaur
 11.9.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- **FB 5,-**

Body in Balance – Harmonie für Körper und Geist

Balance bedeutet mehr als nur Gleichgewicht: Es ist das Zusammenspiel von Kraft, Beweglichkeit, Koordination und innerer Ruhe. In diesem Lehrgang erfahren die Teilnehmenden, wie der Körper ganzheitlich trainiert und gleichzeitig Stress reduziert wird.

Durch abwechslungsreiche Übungen aus Bereichen wie Stretching, Core-Training, Balance- und Atemübungen wird der Körper in eine gesunde und nachhaltige Balance gebracht.

Inhalte:

- Ganzkörperübungen für Stabilität, Kraft und Beweglichkeit
- Gleichgewichts- und Koordinationstraining
- Entspannungstechniken und Atemübungen
- Förderung von Achtsamkeit und Körperbewusstsein

▶LG 26930020 **8 LE**
Anna-Julia Greiling
 10.10.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
 Siegen
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- **FB 5,-**

Pilates: Fokus Stretch – Beweglichkeit erhalten und steigern

Fortbildung IV für DTB-Trainer Pilates

Beweglichkeit ist die Basis für Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit. In dieser Fortbildung erfahren Sie, wie Sie gezielte Stretching-Elemente in den Pilates-Unterricht integrieren, um die Flexibilität der eigenen Teilnehmer zu erhalten oder zu verbessern.

Sollten Sie sich gerade beim Gedanken ertappt haben: das wird ein entspannter Tag, lassen Sie sich überraschen!

Wir tauchen ein in die Welt der Dehnung – und was sie im Körper bewirken kann.

Welche Intensität löst welche Prozesse aus?

Freuen Sie sich sowohl auf intensive wie regenerative Pilates-Einheiten.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Zertifikat DTB-Trainer Pilates, Teilnehmer mit Pilateserfahrung oder ÜL-C-/Tr-C-Lizenz

DTB-Akademie ▶LG 27914010 **8 LE**
Corinna Michels
 26.2.2027 | Fr 13 – 20.30 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- **FB 5,-**

AUS- UND WEITERBILDUNGEN

PROGRAMM 2026

FITNESS + PILATES & YOGA + DANCE GESUNDHEIT + ÄLTERE + KINDER

Das DTB-Akademie Programm 2026 erscheint Anfang November und steht auf unserer Website zum Download zur Verfügung.

DTB-Akademie

Otto-Fleck-Schneise 8 • 60528 Frankfurt • www.dtb-akademie.de



Aus- und Weiterbildungen der Gymwelt

Tanz/Choreografie

Impulse für Bewegung – Dein Weg zur Choreografie

Dieser Lehrgang richtet sich an alle, die Freude daran haben, Bewegungen zu gestalten und Choreografien zu entwickeln – egal ob Einsteiger oder bereits Erfahrene. Gemeinsam erarbeiten wir die Grundlagen der Choreografie und beschäftigen uns mit den wichtigsten Elementen: Musik, Raum, Dynamik und Thema. Neben dem theoretischen Handwerkszeug steht auch die Praxis im Mittelpunkt: Wir probieren Ideen aus, entwickeln kleine Sequenzen und lassen uns gegenseitig inspirieren. Dabei geht es nicht nur um das Erlernen der Grundlagen, sondern auch um die kreative Auseinandersetzung – wie aus einer Bewegungsidee eine ganze Choreografie wachsen kann. Ein wichtiger Teil des Lehrgangs ist zudem der Austausch unter den Teilnehmenden. Gemeinsam sammeln wir Impulse, geben Feedback und entwickeln neue Ansätze für die eigene Bewegungsgestaltung. Am Ende nimmst Du ein gefülltes Repertoire an Methoden, Inspirationen und ersten eigenen Entwürfen mit – und vielleicht auch schon die Grundlage für die nächste Choreografie.

▶LG 26210020 **8 LE**
Georgina Smeilus
 21.2.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 65,- / regulär 95,- **FB 5,-**

80s Aerobic

Back to the 80s! Mit der passenden Musik und einer coolen, klassischen Choreografie bringt Dich Schweppe zum Schwitzen, Lächeln und Bewegen. Im Stile von Jane Fonda feiern wir tolle, bekannte Aerobic-Schritte und tanzen uns zurück in die 80er Jahre!

▶LG 26923010 **4 LE**
Marcus Schweppe
 27.2.2026 | Fr 16 – 20 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 35,- / regulär 45,-

4STREATZ® – Instructor Ausbildung

4STREATZ ist das erste flexible Dance-Fitness-Programm, das sich dem individuellen Können anpasst. Mit der Philosophie #tanzwiedubist werden verschiedene Musik- und Tanzstile miteinander verbunden. Im Mittelpunkt steht die Freude an der Bewegung – ohne

Leistungsdruck, aber mit maximalem Spaß. Die Ausbildung vermittelt in zwei Tagen alle Grundlagen für einen professionellen Kursaufbau – inklusive Cueing, Musiklehre, Basic Moves und Philosophie. Nach erfolgreichem Abschluss wird das offizielle 4STREATZ-Instructor Zertifikat ausgestellt. Eine anschließende Registrierung auf der 4STREATZ-Plattform ermöglicht den Zugang zu persönlicher Betreuung durch Schweppe und sein Team sowie zu regelmäßig neuen Choreografien und Moves. Mehr Informationen zu 4STREATZ: <https://4streatz.com/>

▶LG 25923020 **15 LE**
Marcus Schweppe
 28.2. – 1.3.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 Ü/V Gymcard **FB 10,-**

DTB-Kursleiter Kindertanz

Tanzkiste mit kreativen Angeboten zur Umsetzung tanzpädagogischer Konzepte im Verein

DTB-Akademie ▶LG 26913030
 20. – 22.11.2026 siehe Seite 80

DTB-Kursleiter Dancefitness im besten Alter

DTB-Akademie ▶LG 26913020
 11. – 13.11.2026 siehe Seite 67

Dance around the World

Für alle Tanzliebhaber und diejenigen, die nach neuen Ideen für ihre Kurse suchen. Erlebe ein Feuerwerk aus pfiffigen und überraschenden Choreografien. Sowie dem Trend Bachata, Ritmix aus Argentinien, Burlesque, sowie kurzen Tänzen für groß und klein (Hip-Hop, Disco und mehr). Videomaterial inklusive. Ausbildung (auf Anfrage); Tanzerfahrung. Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: ÜL-C-/Tr-C-Lizenz

DTB-Akademie ▶LG 26913010 **8 LE**
Natascha Gohl
 17.7.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- **FB 5,-**



► 18. – 19.7.2026 Barre Workout-Instructor mit Natascha Gohl, Ü/F vom 17. – 18.7. für 35,- buchbar unter lehr-gang@wtb.de, Tel. 02388 3000026.

DTB-Kursleiter Fit mit LineDance

Fitness auf der ganzen Linie

Fit mit LineDance ist ein fitnessorientiertes Trendangebot des Deutschen Turner-Bundes für seine Vereine. Spaß, Fitness und rhythmisches Bewegen auf Musik stehen im Vordergrund. LineDance ist bekannt als das Tanzen in Reihen und ist individuell ohne Partner möglich. Kleine bis umfangreiche Schrittkombinationen werden in meist gleichmäßiger Wiederholung auf fetzige, aktuelle Musiktitel, viel lateinamerikanische Musik und auf Musikklassiker getanzt. Durch die Bewegung – in bis zu vier Bewegungsrichtungen (walls) ausgeführt – werden die koordinativen Fähigkeiten sowie die Ausdauer und Beweglichkeit gefördert. LineDance kann zielgerichtet für alle Altersgruppen angeboten werden.

Bei diesem Lehrgang steht LineDance nicht als das klassische, sondern als ein fitnessorientiertes Bewegungsangebot im Fokus. Damit grenzt sich diese Weiterbildung vom klassischen, auch von dem mehr western- und countryorientierten Linedance deutlich ab und richtet sich an tanz-, fitness-, rhythmus- und musikbegeisterte Übungsleiter und Trainer, die Elemente des LineDance innerhalb einer bestehenden Fitnessstunde oder als eigenständiges Fitness-Programm im Verein anbieten möchten.

Inhalte:

- Fit mit LineDance, Definition im DTB
- Förderung der Koordination, der Ausdauer und der Beweglichkeit
- Ausdruck der Musik/des Rhythmus durch Körper, Hüft- und Armbewegungen
- Kennenlernen tanzübergreifender Begriffe
- Grundsätze der wichtigsten Tänze im Lateinamerikanischen Bereich mit ihren isolierten Bewegungen
- Grundsätze ausgewählter Tänze im

- Standard-Bereich mit/ohne Heben und Senken
 - gestellte Choreografien lesen und umsetzen
 - Choreografien für verschiedene Zielgruppen
 - Fit mit LineDance-spezifischer Unterrichtsmethodik
 - moderne Musikauswahl
 - Aufbau einer Fit mit LineDance-Gruppe im Verein
- Umfangreiches Skript. Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter Fit mit LineDance. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium, Kenntnisse in Aerobic, Group Fitness, Gymnastik mit Musik oder sonstigem Tanz

DTB-Akademie ►LG 26913040 25 LE

Marion Berger

27. – 29.11.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Fit mit LineDance – Kursleiter-Update

Die Fortbildung richtet sich an alle bereits ausgebildeten DTB-Kursleiter Fit mit LineDance. Hier werden für die ausgebildeten Kursleiter neue Choreografien in unterschiedlichen Stufen bzw. Schwierigkeitsgraden vorgestellt. Hinweis: Bei der Weiterbildung zum DTB-Kursleiter Fit mit LineDance steht LineDance nicht als das klassische, sondern als ein fitnessorientiertes Bewegungsangebot im Fokus. Damit grenzt sich die Weiterbildung vom klassischen, auch von dem mehr western- und countryorientierten Linedance deutlich ab und richtet sich an tanz-, fitness-, rhythmus- und musikbegeisterte Übungsleiter und Trainer, die Elemente des LineDance innerhalb einer bestehenden Fitnessstunde oder als eigenständiges Fitness-Programm im Verein anbieten möchten. Die klassische Linedance-Ausbildung inklusive Technischulung wird nur über den Bundesverband für Country Westerntanz Deutschland e. V. angeboten!

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: DTB-Kursleiter Fit mit LineDance, vergleichbare Weiterbildung oder ÜL-C-/Tr-C-Lizenz mit LineDance-Erfahrung

DTB-Akademie ►LG 26913050 8 LE

Marion Berger

30.11.2026 | Mo 9 – 16 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

Aus- und Weiterbildungen der Gymwelt

Bewegt älter werden

Stabil & Smart – Bewegung mit Köpfchen im Seniorensport

Wie lassen sich Gleichgewichtstraining und kognitive Anreize sinnvoll kombinieren? Wie gelingt es, ältere Teilnehmende im Verein nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit zu halten – und dabei Stürzen effektiv vorzubeugen? In diesem eintägigen Lehrgang für Übungsleitende im Seniorensport liegt der Fokus auf praxisnahen Übungen zur Sturzprävention, kombiniert mit kognitiven Herausforderungen. Mit spielerischen Multitasking-Übungen, alltagsnahen Gleichgewichtseinheiten und kreativen Gruppenformaten lernen die Teilnehmenden, wie sie Kurse lebendig, effektiv und sicher gestalten können.

►LG 26933030 8 LE

Katrin Gleitze

28.2.2026 | Sa 11 – 17,30 Uhr

Plettenberg

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- FB 5,-

Fitness und Entspannung ab 50 für Sie und Ihn

In dieser Fortbildung bieten wir die Möglichkeit, Ihr Repertoire an Übungen und Techniken zu erweitern, um Ihre Sportgruppen effektiv zu fördern und Ihnen gleichzeitig Entspannungsmethoden nahezubringen. Bereich Fitness:

Die Fortbildung bietet die Gelegenheit Ihre Sportgruppen mit frischen Ideen zu bereichern:

- Grundlagenausdauer mit Kleingeräten: Erweitern Sie Ihr Fachwissen um Übungen zur Steigerung der Grundlagenausdauer, die Sie mithilfe von Kleingeräten in Ihr Training integrieren können.
- spielerische Grundlagenausdauer: Lernen Sie kreative Ansätze für spielerische Übungen kennen, um die Ausdauer Ihrer Sportgruppen auf unterhaltsame Weise zu verbessern.
- Zirkeltraining mit leichten Übungen: Entdecken Sie neue Zirkeltraining-Konzepte mit leichten Übungen, um die Muskeln Ihrer Teilnehmer sanft zu stärken.
- Pilates Grundlagen: Vertiefen Sie Ihr Wissen über die Grundlagen von Pilates und erfahren Sie, wie Sie diese Methoden in Ihr Training integrieren können.
- Kraftübungen: Erweitern Sie Ihr Repertoire an Kraftübungen, um die Muskelstärke Ihrer Sportgruppen gezielt zu fördern.

Bereich Entspannung:

- neben der Fitness ist die Entspannung ein wichtiger Aspekt. Erfahren Sie, wie Sie Ihren Sportgruppen

Entspannungstechniken näherbringen können:

- Qigong: Erlernen Sie die Grundlagen von Qigong und wie Sie diese bewährte Methode zur Steigerung der Energie und Entspannung in Ihr Training einbinden können.
- Yogagrundlagen: Erhalten Sie Einblicke in die Grundlagen des Yoga und wie Sie einfache Yoga-Übungen verwenden können, um die Flexibilität und innere Ruhe Ihrer Sportgruppen zu fördern.
- Wahrnehmungen und Atemübungen: Entdecken Sie Übungen zur bewussten Wahrnehmung und Atemführung, die zur Stressreduktion und Entspannung beitragen.
- Progressive Muskelentspannung: Erfahren Sie, wie Sie die progressive Muskelentspannung in Ihr Training integrieren können, um Verspannungen zu lösen und die Entspannungsfähigkeit Ihrer Sportgruppen zu steigern.

►LG 26210010 15 LE

Joachim Kirchhoff, Andreas Lukosch

9. – 11.3.2026 | Mo 10 – Mi 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C

Ü/V Gymcard 115,- / regulär 230,-




Grommes
 Sanitär Heizung Klima

BESTES HANDWERK
 TRIFFT MODERNE
 WOHNKULTUR

OB KLEIN, GROSS, LUXURIÖS, FUNKTIONAL,
 BARRIEREFREI, ODER AUSGEFALLEN
 – ES WIRD FANTASTISCH.

 02381 23717
 www.grommes-hamm.de
 Lange Wende 15 in Hamm

DTB-Kursleiter Sturzprävention Stufe 1

*Sturzgefahren im Alltag durch Bewegung vermindern
Inhalte in Anlehnung an die Empfehlungen der
Bundesinitiative Sturzprävention*

Nachgewiesenermaßen sind gerade ältere Menschen sturzgefährdet aufgrund des Verlusts der Funktionsfähigkeit des Körpers. Es liegt vor allem an der fehlenden Muskelkraft und an der nachlassenden Gleichgewichtsfähigkeit, dass ältere Menschen so häufig fallen. Daher kann durch Gleichgewichtstraining in Verbindung mit Muskeltraining aktiv das Sturzrisiko minimiert werden. Diese Weiterbildung qualifiziert die Teilnehmer zur eigenverantwortlichen und kompetenten Leitung einer Sturzpräventionsgruppe mit älteren Menschen mit moderatem Sturzrisiko.

Inhalte:

- Risikofaktoren, Ursachen und Folgen von Stürzen
- Stürze verhindern – Bewegung kann das wirklich
- Krafttraining zur Vermeidung von Stürzen, Hypertrophietraining im Alter
- Balance-Training: Übungen & Methoden
- Standsicherheits- und Mobilitätstraining
- Testung des Sturzrisikos
- Multitasking-Training
- Kommunikation mit speziellen Zielgruppen (z.B.: Personen mit Gehhilfen, Personen mit künstlichem Gelenk)
- Alltagsfunktionen trainieren
- Einführung in das Kursmanual Trittsicher durchs Leben

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter Sturzprävention, Stufe 1 – ältere Menschen mit moderatem Sturzrisiko. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig. Zertifikat über

die Schulung als Kursleiter des standardisierten Programms Trittsicher durchs Leben (nur für ÜL mit 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention), das zurzeit nach § 20 SGB V Absatz 1, im Rahmen eines Vereinsangebotes von den Krankenkassen anerkannt ist. Inkl. Kursleitermanual des standardisierten Programms.

Voraussetzung: ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder professionelle Ausbildung (u.a. Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Altenpfleger, Krankenpfleger, Betreuungskräfte gemäß §§ 43b, 53c SGB XI)

DTB-Akademie ▶ LG 26912060 25 LE

Katrin Gleitze

20. – 22.3.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-

FB 15,-

Flott und fit bis ins Alter – Ideen für ein altersgerechtes Training

Regelmäßige Bewegung ist ein zentraler Bestandteil eines gesunden Alterungsprozesses. Sie trägt nicht nur zur Erhaltung der körperlichen Fitness bei, sondern wirkt sich auch positiv auf die geistige Gesundheit aus. Wer aktiv bleibt, profitiert von einer gesteigerten Lebensqualität, erhöhter Mobilität und einem besseren allgemeinen Wohlbefinden.

In diesem Lehrgang werden sowohl theoretische als auch praktische Inhalte vermittelt, die gezielt auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt sind. Themen wie die Auswirkungen von Sport auf



Blutdruck, Diabetes, Schwindel und Arthrose werden anschaulich erläutert. Ergänzt wird das Programm durch praktische Übungen wie Ganzkörper-Workouts, Gleichgewichtstraining und Bewegungsangebote, die leicht in den Alltag integriert werden können.

► **LG 26932010** **8 LE**
Anja Martschinke-Rasky
 21.3.2026 | Sa 10 – 17 Uhr
 Dortmund
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 ohne Ü/V Gymcard 60,- / regulär 90,- **FB 5,-**

Bewegungsexperte im Alterungsprozess – Antara® Age

Wie wollen Menschen im fortgeschrittenen Alter heute trainieren? Welche Erwartungen teilen sie? Welche Zielvorstellungen begleiten sie? Mittlerweile ist dieser Personenkreis gut informiert und weiß aus vielerlei Quellen, dass gezielte Bewegung und gezieltes Training den Alterungsprozess verlangsamen und Bewegungseinschränkungen vermeiden kann. Sie erwarten daher ein spezifisches Training, zielführend und nachvollziehbar sollte es sein und Freude machen. Das Wichtigste ist: Es muss sich an den Fähigkeiten, den Kompetenzen orientieren, die für den Alterungsprozess relevant sind.

Auf diesem Wissen basierend wurde das Konzept Antara Age, das Kompetenztraining im Alterungsprozess, entwickelt.

Zunächst erfolgte die Definition von acht körperlich-mental Kompetenzen. Anschließend wurden methodisch klar aufgebaute Übungen entwickelt, die die jeweilige Bewegungskompetenz gezielt verbessern. Um diese Übungen erfolgreich vermitteln zu können, erhalten die Teilnehmer der Weiterbildung didaktische Unterstützung, die in der akkuraten Wahl der Anleitung und Übungsausführung besteht.

Lernziele:

- die unterschiedlichen körperlichen Kompetenzen und deren Abbau im Alterungsprozess verstehen
- Grundübungen, Erweiterungen und Steigerungen zu allen Kompetenzen erlernen
- Übungen mit unterschiedlichen Trainingsgeräten umsetzen
- Trainingsempfehlungen und Intensitäten verstehen
- Stundenbilder kreieren und Schwerpunkte setzen können

Grundlagen Antara® Basic

Diese 16 LE gelten als Basismodul für DTB-Rückenexperten und für Antara Age, die Inhalte sind identisch: Körperhaltung – Fehlhaltung – Statik – Haltungskorrektur – neutrale Ausgangspositionen sind Grundlagen, welche spannend und wertvoll für jeden Trainer und alle Trainingsformen sind.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium

DTB-Akademie ► LG 26912021 **16 LE**
Annette Gloß, Antara Team
 31.1. – 1.2.2026 | Sa 10 – So ca.13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 237,- / regulär 272,-
 Ü/V Gymcard 262,- / regulär 297,- **FB 10,-**

Bewegungsexperte im Alterungsprozess

Antara Age Teil 1

Inhalte:

- die 8 körperlich-mental Kompetenzen und deren Abbau im Alterungsprozess
- die aufrechte Haltung als anatomisches Modell
- die Körperhaltung in der Statik und im Training
- der Verlust der Streckerkette und deren Einfluss auf das Erscheinungsbild, die Atmung, die Kraftfähigkeit und die Core-Funktion
- mit Muskelkraft zu Stabilisation, Belastbarkeit und Myokinen



- das Core-System im Alterungsprozess – kräftiger Rücken, stabiler Beckenboden, flacher Bauch
- die funktionelle Zwerchfellatmung erhalten und verbessern
- Körperhaltung in Kraft- und Stabilisationsübungen
- Integrieren der Verbesserung der Core-Funktion in die Übungssequenzen
- Übungen für Atemkraft und Atemraum,
- Einsatz von Trainingsgeräten: Gewichte, Stab, Tuch, Stühle, Bälle
- Stundenaufbau im Fokus der 8 Kompetenzen

Das Buch Training im Alterungsprozess von Karin Albrecht, Thieme-Verlag, 2., 3. oder 4. Auflage soll mitgebracht werden.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Grundlagen Antara Basic, Rücken-Praxis Pur, DTB-Rückenexperte oder eine andere Vorbildung mit Antara

DTB-Akademie ► LG 26912022 **25 LE**
Karin Albrecht Antara Team
 1. – 3.5.2026 | Fr 16.30 – So ca.16 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 300,- / regulär 345,-
 Ü/V Gymcard 350,- / regulär 395,- **FB 15,-**

Bewegungsexperte im Alterungsprozess

Antara Age Teil 2

DTB-Akademie ► LG 34112-07 (RTB)

12. – 14.6.2026

Bergisch Gladbach

Die Anmeldung erfolgt direkt beim Rheinischen Turnerbund, Lena Muschalle, Tel. 02202-2003-51

DTB-Kursleiter DanceFitness im besten Alter

Tanzen hält fit – ein Leben lang! Bewegung zu Musik ist eine der schönsten und effektivsten Möglichkeiten, Körper und Geist bis ins hohe Alter gesund und mobil zu halten. DanceFitness im besten Alter bietet ein schwingvolles, abwechslungsreiches und zugleich gelenkschonendes Fitness-Programm für Menschen in der zweiten Lebenshälfte, die Freude an Musik und Bewegung haben.

In dieser Weiterbildung lernen die Teilnehmenden, wie sie mit Tanzen als Fitness- und Gesundheitstraining ältere Menschen aktivieren und begeistern können. Das Programm umfasst:

- Tanzen mit und ohne Partner – gesellige und motivierende Tänze im Kreis, in der Gasse oder im Block für alle Fitness-Level
- LineDance für Ältere – einfache, mitreißende Tanzfolgen für Koordination, Gedächtnis und Gleichgewicht
- Tanzen im Sitzen – sanfte bis fitnessorientierte Bewegungen für mehr Mobilität und Lebensfreude

DTB-Akademie

Bewegungsexperte im Alterungsprozess Antara® Age

Bewegungsexperte im Alterungsprozess Antara® Age

25 LE Teil 1

25 LE Teil 2

16 LE RückenPraxis Pur oder

16 LE Antara® Basic (Grundlagen) oder

66 LE DTB-Rückenexperte oder Antara® Instructor

Voraussetzungen

- Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining mit Weiterbildung (insgesamt 120 LE)
- oder ÜL-/Tr-Lizenz (mindestens 120 LE)
- oder gleichwertige professionelle Ausbildung/Studium durch Zusendung des entsprechenden Nachweises

Dabei kommen auch Kleingeräte wie Bälle, Gymnastikstäbe und Tücher zum Einsatz, welche für mehr Abwechslung und eine höhere Fitnessorientierung sorgen.

Neben praktischen Übungsanleitungen erhalten die Teilnehmenden wertvolle Einblicke in verschiedene Musikstile und Tanzrhythmen. Nach Abschluss der Weiterbildung können einzelne Elemente gezielt in bestehende (Gymnastik-)Stunden integriert oder eine neue Tanzgruppe DanceFitness im besten Alter ins Leben gerufen werden.

Das Lehrmaterial wird als Download bereitgestellt.

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter DanceFitness im besten Alter.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C-/Tr-C-Lizenz oder gleichwertige (professionelle) Ausbildung/Studium und Rhythmus-/Taktgefühl

DTB-Akademie ▶ LG 26913020 25 LE

Verena Simon

11. – 13.9.2026 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Fit zu zweit

Fit mit und ohne Partner, Hauptsache Bewegung!

Ein variationsreiches Programm zur Gestaltung von Sportstunden für Sie + Ihn oder 50plus-Gruppen. Schwerpunkte sind: Herz-Kreislauf-Training, Kraft, Koordination und Wellness.

▶ LG 26210030

15 LE

Simone Becker, Ursula Granzeuer

4. – 6.12.2026 | Fr 18 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C

Ü/V Gymcard 115,- / regulär 230,-

GRUPPENANGEBOTE

Seniorensportwoche – Bewegung, Spaß und Erholung 60+

Hier erleben Senioren vier Tage voller Bewegung, Spaß und Erholung im wunderschönen Ambiente der Landesturnschule Oberwerries in Hamm. Auf dem Programm steht ein altersspezifisches Sportangebot, bei dem die Geselligkeit nicht zu kurz kommt. Wir walken, spielen, tanzen, entspannen und werden beim Fitnesstraining in der Halle schwitzen.

Unter kompetenter Anleitung lernen Sie neue Fitness- und Gesundheitstrends für die Generation 60 plus kennen und erleben: Sport und Bewegung hält mobil und fit.

Eventuell ist ein Besuch der Waldbühne Hamm-Heessen vorgesehen. Dafür wird eine zusätzliche Umlage erhoben, falls zu diesem Zeitpunkt eine Vorsteltung stattfindet.

▶ LG 26925020

Heidi Schorlemmer

7. – 11.9.2026 | Mo 12 – Fr 10 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

Ü/V regulär 250,-



Aus- und Weiterbildungen der Gymwelt

Lernen digital – WTB-Webinare



Webinare haben sich als Alternative zu Präsenzlehrgängen bewährt. Aus der Not der Corona-Pandemie geboren, sind sie mittlerweile eine perfekte Ergänzung zu unseren Lehrgängen vor Ort. Flexible Zeitgestaltung, Multimedialität und Interaktivität, Aktualität der Inhalte – all das sind Vorteile unserer Webinare. Für unsere digitalen Angebote haben wir Themen ausgewählt, die sich sehr gut zum Online-Lernen eignen und dies in unterschiedlichen Online-Formaten.

Die Übungsleiter- und Trainer-Webinare verbinden theoretisches Wissen zu spezifischen Themen mit kurzweiligen Praxis-einheiten und bringen Aktuelles aus dem Fitness-/Gesundheits-sport, Kinderturnen und Turnen und Vereinsmanagement zu den Teilnehmern nach Hause.

Dauer | Kosten

Die kurzen WTB-Webinare dauern in der Regel vier Lerneinheiten (LE) à 45 Minuten oder max. drei Zeitstunden. mit Gymcard 25,- / ohne Gymcard 30,-

Lizenzverlängerung

Die Webinare werden zur ÜL-C- und Trainer-C-, und in Teilen, zur ÜL-B-Lizenzverlängerung beim WTB und RTB anerkannt. Maximal 8 digitale Lerneinheiten (LE) können zur Lizenzverlängerung anerkannt werden. Das entspricht 50% der erforderlichen 15 Lerneinheiten zur Verlängerung einer Lizenz beim WTB und RTB.

Technische Voraussetzungen für die Teilnahme

- stabile Internetverbindung
- Endgerät (Laptop, Tablet, Ipad, Smartphone, PC).
- Lautsprecher bzw. Kopfhörer (Webcam und Mikrofon werden nicht zwingend benötigt sind aber wünschenswert)

Weitere digitale Angebote

Neben den Übungsleiter- und Trainer-Webinaren werden auch digitale Ausbildungsteile/Moodkurse (siehe Seite 13) zu ausgewählten Themen sowie Stammtische/Treffpunkte angeboten (siehe Seite 70). Im Laufe des Jahres werden je nach Bedarf weitere Webinare angeboten.

Weitere Informationen / Anmeldung

Alle Informationen zu den Webinaren sowie der Link zur Online-Anmeldung finden sich chronologisch aufgelistet unter www.wtb.de oder direkt anmelden im Anmeldetool <https://events.dtb-gymnet.de/>. In der rechten Spalte bei FILTERN NACH als Stichwort/Eventnummer WTB Webinar oder die Lehrgangsnummer eingeben.

Unsere WTB-Webinare 2026

1.2.	10 – 13	Alles Gute für Schulter-Kiefer-Nacken	LG 26926010	Antje Hammes
21.2.	14 – 17	Schlank, stark und gesund – Protein richtig einsetzen	LG 26926020	Adriano Valentini
6.3.	18 – 21	Rückenschmerzen ade: Mit Haltung zu mehr Lebensqualität	LG 26926030	Barbara Stengl
11.3.	17 – 20	Praxisworkshop Stuhlgymnastik	LG 26926040	Petra Krambeck
22.4.	18 – 21	Ernährung und Entzündung	LG 26926050	Daniel Koch
24.4.	17 – 20	PilaMix	LG 26926060	Andreas Goller
8.5.	18 – 21	Tabata-Workout mit Senioren – angepasst, effektiv, mit Spaßfaktor!	LG 26926070	Petra Schreiber-Benoit
12.5.	17 – 20	Ehrenamt und ausgebrannt?	LG 26926080	Elisabeth Kutscha
23.5.	10 – 13	Wirbelsäulengymnastik im Fokus – Hüfte und Iliosacral-Gelenk	LG 26926120	Andreas Goller
23.5.	14 – 17	Wirbelsäulengymnastik im Fokus – Streckerketten	LG 26926130	Andreas Goller
15.6.	18.30 – 21.30	Stress DICH nicht! Gelassenheit beginnt im Kopf	LG 26926090	Petra Schreiber-Benoit
27.6.	10 – 13	Schluss mit Geierhals – Aufrecht durch den Alltag	LG 26926100	Silke Lenberg
4.7.	9.30 – 12.30	Salsa Aerobic	LG 26926110	Schweppy
25.8.	17.30 – 20.30	Die Wirbelsäule im Yoga – Yogaanatomie	LG 26926140	Anja Martschinke-Rasky
27.9.	10 – 13	Füße – das wichtige Fundament	LG 26926150	Silke Lenberg
30.9.	18 – 21	Was ist der beste Sport um abzunehmen?	LG 26926160	Daniel Koch
1.10.	18 – 21	Basic Aerobic	LG 26926180	Schweppy
7.10.	17 – 20	Update – Osteoporose-Prävention	LG 26926170	Petra Krambeck
4.11.	18 – 21	Workout-Inspirationen	LG 26926190	Sarah Rose
14.11.	10 – 13	Stressbewältigung durch Sport	LG 26926200	Barbara Stengl
5.12.	14 – 17	Raus aus der Kohlenhydrat-Falle – Ernährung neu gedacht	LG 26926210	Adriano Valentini

Aus- und Weiterbildungen der Gymwelt

Vereinsmanagement

WTB-Vereinsforum – Tag der Vereinsführungskräfte

Trends – Neuigkeiten – Informationen – Austausch Management praktisch

Das Vereinsforum richtet sich speziell an Vereinsverantwortliche und Vereinsführungskräfte.

Unter dem Schwerpunkt *Vereins- und Sportentwicklung fördern, den Wandel gestalten und die Zukunft sichern* erfahren die Teilnehmenden Interessantes, Hilfreiches und Neues aus der Welt des Managements für Ihren Verein, praxisnah vorgestellt.

Als Plenumsvortrag erwartet Sie das Thema:

Neue Generation der Führung: Gewinnung und Entwicklung junger Talente im Spannungsfeld von Ressourcenknappheit und Digitalisierung

Referent Jochen van Recum, Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement

Workshops 2026

1. Digitalisierung mit Wirkung

Referent: Florian Klug, Westfälischer Turnerbund

2. VIBSS Workshop Aktuelles und Fragestunde zu

Finanzen/Steuern & Recht/Versicherungen

Referent: Dietmar Fischer, VIBSS

3. Vermarktung von Turn-/ Sportvereinen

Referent: Simon Kottmann, Leiter Kommunikation ASV Hamm-Westfalen

Ein Flyer mit detaillierten Informationen kann ab Dezember 2025 unter klug@wtb.de angefordert oder unter www.wtb.de heruntergeladen werden.

►LG 26916000

8 LE

Florian Klug

7.2.2026 | Sa 9 – 17 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, Vereinsmanager-C

inkl. Verpflegung und Tagungsgetränke 60,-



Vereins- und Übungsleiterstammtische

Die Nachfrage nach Austausch und Beratung in Vereinen wächst – besonders im Zuge der digitalen Transformation. Der WTB reagiert darauf mit einem neuen Format: digitale Stammtische für Vereinsvorstände, Übungsleiter und Trainer. Im Fokus steht der praxisnahe Austausch zu aktuellen Themen. Qualifizierte Tutoren und Verbandsvertreter bieten kurze Impulse und viel Raum für Diskussion, Fragen und Vernetzung. Ziel ist es, Vereine effektiv zu unterstützen – mit minimalem Zeitaufwand und maximalem Nutzen. Die Anmeldung zu den Stammtischen erfolgt direkt über die Homepage des WTB (www.wtb.de) oder, wie bekannt, über das

Gymnet (<https://events.dtb-gymnet.de>).

Voraussetzung für die Online-Teilnahme ist ein internetfähiges Endgerät (mit Ton und Kamera), eine Internetverbindung sowie eine gültige persönliche E-Mail-Adresse.

Alle Teilnehmer erhalten nach Meldeschluss zu jedem Stammtisch einen entsprechenden Link, über den Sie sich am angegebenen Tag und zur ausgewiesenen Uhrzeit einwählen können.

Die Dauer der Stammtische beträgt ca. zwei Stunden. Die Teilnahme ist kostenlos. Einige Vereins- und Übungsleiterstammtische werden aufgrund der Aktualität der Themen und Nachfrage erst im Laufe des Jahres konzipiert und angeboten. Entsprechende Informationen sind dann unter www.wtb.de zu finden und werden im WTB-Newsletter angekündigt.

STAMMTISCHE 2026

Ehrenamtlichen Nachwuchs gewinnen – Gespräche richtig führen

Die Ausgangssituation, neue ehrenamtlich Engagierte zu gewinnen, ist schwieriger geworden. Aber sie ist nicht unmöglich. Oft fehlt es in den Gesprächen mit potenziellen Neulingen an den richtigen Argumenten, um jemanden zu überzeugen. Doch worauf sollte in einem Gespräch geachtet werden? Im Webseminar werden verschiedene Punkte besprochen, die eine Gewinnung neuer Tätiger erleichtern oder auch hemmen können.

►LG 26916060

Tutor: Marc Fath (Badischer Turnerbund)

Mi 4.3.2026 | 18 – ca. 19.30 Uhr

kostenlos

Erfolge erfolgreich platzieren

Das wichtigste Werkzeug erfolgreicher Öffentlichkeitsarbeiter ist nach wie vor die Pressemitteilung. Aber was macht eine gute Pressemitteilung aus? Welche handwerklichen Fehler muss ich zwingend vermeiden? Wie finde ich auch in der wettkampffreien Zeit Themen, die gute Chancen auf eine Veröffentlichung in den Zielmedien haben? Wie wichtig ist es zu wissen, wie Journalisten ticken? Referent Simon Kottmann gibt viele Hinweise aus der langjährigen beruflichen Praxis als Journalist und Pressesprecher. Im Gespräch mit den Teilnehmern will er darüber hinaus Möglichkeiten aufzeigen, wie vor Ort für den eigenen Verein erfolgreich Pressearbeit betrieben werden kann.

►LG 26916010

Tutor: Simon Kottmann

Do 5.3.2026 | 18 – ca. 19.30 Uhr

kostenlos

Zukunft beginnt jetzt – Megatrends im Sportverein verstehen und nutzen

Wie sieht der Sportverein der Zukunft aus? In diesem Stammtisch werfen wir einen Blick auf die großen gesellschaftlichen Veränderungen – die sogenannten Megatrends – und zeigen, wie sie die Vereinslandschaft beeinflussen. Themen wie Gesundheit, Digitalisierung, Individualisierung und New Work verändern nicht nur das Sportverhalten, sondern auch die Erwartungen an Vereine.

Nutzen: Du erhältst Orientierung, wie Dein Verein zukunftsfähig bleibt – und wie Du Trends aktiv für Dich nutzen kannst, statt ihnen hinterherzulaufen. Das Workbook Sportverein 2030 dient hierbei als Grundlage für Deine Vereinsentwicklung.

►LG 26916020

Tutor: Florian Klug

Do 12.3.2026 | 18 – ca. 19.30 Uhr

kostenlos

Haftung im Sportverein – rechtliche Grundlagen und Versicherungsschutz

Um den eigenen Verein sicher durch die Klippen des Vereinsalltags zu steuern, benötigt ein Vorstand das nötige vereinsrechtliche Rüstzeug. Dazu gehört auch der sichere Umgang mit Haftungsfragen. Das betrifft einerseits die Haftung des Vereins, z. B. bei Veranstaltungen. Andererseits haften Vorstandsmitglieder unter Umständen aber auch persönlich, wenn sie Fehler bei der Geschäftsführung begehen.

Durch ein leicht einzurichtendes Risikomanagement können diese Gefahren jedoch minimiert werden.

Weitgehend unbekannt ist, dass für bestimmte Tätigkeiten im Verein ein gesetzlicher Unfallversicherungsschutz besteht oder mit einem nur sehr geringen Beitrag hergestellt werden kann.

Inhalte:

- Grundlagen des Vereinsrechts
- Haftung des Vereins (Organhaftung, Haftung für Erfüllungs- und Verrichtungsgehilfen)
- Rechte und Pflichten des Vorstandes (Vertretungsmacht, Geschäftsführungspflichten)
- persönliche Haftung (Durchgriffshaftung auf das Privatvermögen, gesetzliche Haftungserleichterungen für ehrenamtlich Tätige)
- Risikomanagement
- Versicherungsschutz (Haftpfllichtversicherung, D&O-Versicherung, Vermögensschaden-Haftpfllichtversicherung)
- gesetzliche Unfallversicherung (versicherte Personen, Versicherungsleistungen, freiwillige Ehrenamtsversicherung)

►LG 26916030

Tutor: Dietmar Fischer

Di 23.6.2026 | 18 – ca. 20 Uhr

kostenlos

Bezahlte Mitarbeit im Sportverein

Die immer höher werdenden Anforderungen an Übungsleiter und Vereine erfordern zunehmend den Einsatz von bezahlten Mitarbeitern. Daraus ergeben sich jedoch wegen der komplexen gesetzlichen Rahmenbedingungen, wie z. B. Übungsleiterfreibetrag, Ehrenamtsfreibetrag, (Schein-)Selbstständigkeit, eine Vielzahl zu beachtender Punkte. Der Stammtisch richtet sich an Vereinsvorstände, Übungsleiter und Trainer und soll dazu beitragen, Unsicherheiten zu beseitigen und greift Fragen auf, die häufig gestellt werden. Es soll den Teilnehmern Sicherheit geben, sich richtig zu verhalten und bei ihrem Engagement keine Fehler zu machen, die später zu hohen Nachzahlungen von Steuern und/oder Sozialabgaben führen könnten.

Inhalte u.a.:

- Formen der Mitarbeit und der Vergütung
- Übungsleiter- und Ehrenamtsfreibetrag
- selbstständige Tätigkeiten

►LG 26916040

Tutor: Dietmar Fischer

Di 15.9.2026 | 18 – ca. 20 Uhr

kostenlos

KI als Entlastung im Vereinsalltag – weniger Büro & mehr Verein

Wie KI deine Verwaltung erleichtert! Die Verwaltung eines Vereines frisst Zeit – KI gibt sie zurück. In diesem Stammtisch zeigen wir, wie Künstliche Intelligenz Routineaufgaben im Verein übernimmt und dir wieder Raum für das Wesentliche schafft: Gespräche mit Mitgliedern, kreative Ideen und strategische Entwicklung.

►LG 26916050

Tutor: Florian Klug

Do 22.9.2026 | 18 – ca. 19.30 Uhr

kostenlos

Neu im Vorstand: Was nun – was tun?

Eine gute und basisdemokratische Vorstandsarbeit in unseren Turn- und Sportvereinen ist eine entscheidende Größe der Vereinsarbeit. Doch gerade wenn neue, oder im Extremfall eben keine neuen, Vorstandsmitglieder gefunden werden sollen, stellt sich die Frage, ob die Aufgaben im Vorstand richtig verteilt sind. Das Webseminar gibt Einblicke in klassische, moderne, satzungstragende Modelle der Ämterverteilung und wie Aufgabenbereiche umverteilt oder ausgelagert werden können. Die Fragen, welche Aufgaben Vorstandsämter zu managen haben, welche Aspekte die wichtigen Ämter entlasten können und attraktiver machen, wird dieses Webseminar thematisieren.

►LG 26916070

Tutor: Marc Fath (Badischer Turnerbund)

Di 10.11.2026 | 18 – ca. 19.30 Uhr

kostenlos

Bleib am Ball



PAB Power and Balance Ringe:
Für dein tägliches Kraft-, Balance-, und Koordinationstraining

Mit dem neuen PAB Ringe Set von TOGU wird dein Training zum Balanceakt! Ob Kraft, Balance oder Koordination – das vielseitige **Power and Balance** Konzept bringt dich in Topform.



NEU



Jetzt entdecken!



Kinderturnen

73

Kinderturnen



TOGU® GmbH
Atzinger Str. 1
83209 Prien-Bachham, Deutschland
Telefon: +49 (0)8051 90 38 0
E-Mail: info@togu.de
Web: www.togu.de

Lizenzbildungen Kinderturnen

Vorstufenqualifikationen



Vorstufenqualifikation

Neuerdings können Absolventen der kompletten (Grund- und Aufbaumodul) ÜL-Assistenten-Ausbildung, des Trainer-Assistenten (auch Tr-C-Helfer) sowie des Zertifikats Kinderturnen das Anerkennungsmodul Basisqualifizierung (E-Learning: 10 LE) belegen und damit die Basisqualifizierung vor einer WTB-Ausbildung auf 1. Lizenzstufe angerechnet bekommen!

Übungsleiter-Assistenten

eh. Gruppenhelfer

Die ÜL-Assistenten-Ausbildung besteht aus dem Grund- und einem zusätzlich buchbaren Aufbaumodul zwischen denen aus pädagogischen Gründen ca. ein halbes Jahr Praxis als Assistent im Verein liegen sollte. Die Ausbildung wendet sich an Jugendliche zwischen 13 und ca. 16 Jahren, welche die Übungsleiter und Jugendleiter in ihren Vereinen unterstützen wollen. Die Assistenten übernehmen dabei sowohl fachliche, also das Turnen an sich betreffende Aufgaben, als auch überfachliche, wie etwa bei der Mitarbeit in den eigenständigen Jugendabteilungen der Vereine, der Betreuung und Mitorganisation von Freizeitangeboten oder Jugendfahrten.

Als Angebot für möglichst viele Vereine werden immer drei Anmeldungen pro Verein in den Lehrgang aufgenommen. Ab der vierten Anmeldung wird eine Warteliste geführt. In der Regel können durch weitere freie Plätze in der Turnschule die meisten Anmeldungen berücksichtigt werden.

Grundmodule

- ▶ LG 26631011 | 27. – 30.3.2026 oder 35 LE
- ▶ LG 26631013 | 16. – 19.10.2026 35 LE

WTJ-Referententeam

Anreise bis 17 Uhr, Abreise 17 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
Ü/V 105,-

Übungsleiter-Assistenten (eh. Gruppenhelfer)

Aufbaumodul

Der zweite Teil der Assistenten-Ausbildung findet in der Landesturnschule in Oberwerries statt und schließt diese Vorstufenqualifikation ab. Da auf die Inhalte des Grundmoduls aufgebaut wird, ist dieses Voraussetzung für die Teilnahme. Bei ähnlichen Ausbildungen, wie Sporthelfer des LSB oder der Sporthelfer-Ausbildung der Schulen, kann ein Zusatzmodul verlangt werden, das aber zuhause im Verein geleistet werden kann. Informationen dazu im Referat Jugend.

Aufbaumodul

- ▶ LG 26631012 | 9. – 12.4.2026 oder 35 LE
- ▶ LG 26631014 | 19. – 22.10.2026

WTJ-Referententeam

Anreise bis 17 Uhr; Abreise 17 Uhr
Landesturnschule Oberwerries Ü/V 105,-

Zertifikat Kinderturnen

Die durch das Kinderturnen beabsichtigte motorische Grundlagenförderung gelingt am einfachsten, wenn die Inhalte auf die jeweilige Zielgruppe abgestimmt und methodisch so aufbereitet sind, dass die Kinder in ihrer Entwicklung bestmöglich unterstützt werden. Ein klar strukturierter und gut angepasster Ablauf trägt zudem zu einer entspannten Atmosphäre in der Gruppe bei – egal ob im Verein, in der Schule oder im Ganztage.

Zielgruppe: Das Zertifikat Kinderturnen ist eine Qualifizierung für alle Erwachsenen, die Kinder in Bewegung bringen möchten – sei es im Verein, in der OGS oder in anderen pädagogischen Settings. Es eignet sich sowohl für Personen ohne Vorerfahrung als auch für Fachkräfte, deren sportpädagogische Ausbildung oder Übungsleiterlizenz bereits länger zurückliegt.

Im Lehrgang werden praxisnah grundlegende Fragen behandelt und ausprobiert, u. a.:

Welche Prinzipien gelten in der Sportmethodik? Wie können Fertigkeiten spielerisch vermittelt werden? Welche Voraussetzungen müssen die Kinder dafür mitbringen? Welche Methoden gibt es und welches Ziel verfolge ich damit? Wie gestalte ich einen roten Faden über mehrere Wochen oder Projekte hinweg? Was ist für die Arbeit mit Gruppen im Ganztage und im Verein zusätzlich wichtig?

Das Zertifikat Kinderturnen besteht aus:

- 1.) E-Learning (5 LE; ab 6.3.2026 – Bearbeitungszeit bis 20.3.2026)
- 2.) Vielfalt erleben – Inklusion im Kinderturnen (LG 26621021; 20. – 22.3.2026)
- 3.) Kinderturnen an Geräten – Turnhits für Kids (LG 26621023; 14. – 15.11.2026)

Neuerdings ist das Anerkennungsmodul Basisqualifizierung (E-Learning: 10 LE) als freiwilliger und kostenloser Teil im E-Learning enthalten. Damit gilt die Basisqualifizierung vor einer WTB-Ausbildung auf 1. Lizenzstufe als absolviert.

Zur Buchung bitte nur diesen Lehrgang buchen und nicht die einzelnen Fortbildungen, die zum Zertifikat Kinderturnen gehören.

▶ LG 26621103	35 LE
WTJ-Referenten-Team	
ab 6.3.2026	
Landesturnschule Oberwerries	
Zertifikat und Kinderturn-Lizenz-Reaktivierung	
Ü/V Gymcard 210,- / regulär 285,-	FB 20,-



Kinder Joy of moving

Tag des Kinderturnens

13.-15.11.2026

SAVE THE DATE

www.kinderjoyofmoving.de | DTB | Deutsche Kinderturner Stiftung | www.kinderturnen.de

ÜL-Ausbildungen Kinderturnen

1. Lizenzstufe

Neu: Anerkennungsmodul Basisqualifizierung

Der E-Learning-Baustein, der gemeinsam mit der Vorstufenqualifikation als Basisqualifizierung ÜL-C / Tr-C gilt

Das Anerkennungsmodul Basisqualifizierung richtet sich an Personen, die eine der Vorstufenqualifikationen (Trainer-Assistenten, ÜL-Assistenten Ausbildung oder das Zertifikat Kinderturnen) abgeschlossen haben und mind. 16 Jahre alt sind. Das Anerkennungsmodul findet online im digitalen Lernzentrum des WTB statt und kann am Rechner zuhause absolviert werden. Mit dem E-Learning Baustein können die Teilnehmenden ihre Präsenztage vor Ort verringern und das erforderliche Wissen und Inhalte in Heimarbeit selbstständig aneignen und erarbeiten. Zum Absolvieren gehören eine Hospitation in einer Übungsstunde mit schriftlicher Auswertung und die Aneignung von online zur Verfügung gestelltem Basiswissen. Außerdem wird der Wissenstand der Teilnehmenden im Anerkennungsmodul online durch verschiedene Fragen (Wissenscheck) überprüft. Mit dem Bestehen ist die Voraussetzung für die Zulassung zu den Aufbauprofilen auf der ersten Lizenzstufe (ÜL-C, Tr-C) erfüllt.

Der Aufwand des Anerkennungsmoduls beträgt ca. 10 LE. Angegeben ist das Startdatum. Die Bearbeitungszeit beträgt max. 21 Tage. Das DTB-Grundlagenbuch ist inklusive. Das Vorgehen bei der Registrierung im digitalen Lernzentrum des WTB ist in der Einladung (ca. 10 Tage vor Start) beschrieben.

►LG 26641016 10 LE
WTJ-Referententeam
9.1.2026 | 21 Tage | online
Mitglieder 30,- / regulär 60,-

►LG 26641017 10 LE
WTJ-Referententeam
6.11.2026 | 21 Tage | online
Mitglieder 30,- / regulär 60,-

Basisqualifizierung ÜL-/Tr-C

Westfälischer Turnerbund/Westfälische Turnjugend
Ausschreibungen Basisqualifizierungen siehe S. 12. Auf diese Basisqualifizierung folgt zeitnah das Ausbildungsprofil ÜL-C Kinderturnen, LG 26601001; 1. Folge 21. – 22.2.2026.

►LG 26611002 32 LE
online: E-Learning (ab 16.1.2026 –
Bearbeitungszeit bis 7.2.2026, 16 LE)

Präsenz: 7. – 8.2.2026 (16 LE)
Sa 10 – So ca. 15 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
Ü/V Mitglieder 140,- / regulär 280,-

Übungsleiter-C Kinderturnen (Lizenzprofil)

Diese ÜL-Ausbildung richtet sich an Mitarbeitende in den Vereinen, die hauptsächlich mit Kindern (Grundschulalter) turnen oder Sport treiben sowie an die Lehrkräfte der Schulen. Die praktische und theoretische Ausbildung erfolgt in allen Teilbereichen des Breiten- und Freizeitsports und umfasst insgesamt mit Basisqualifizierung* und diesem Aufbauprofil 120 Lerneinheiten.

Im Vordergrund steht der Erwerb von Handlungskompetenz für die ÜL, um ein attraktives und an zeitgemäßen Entwicklungen orientiertes Kinderturnen in den Gruppen zu praktizieren.

Die Ausbildung führt zur Qualifizierung im Sinne des Erlasses Sicherheitsförderung im Schulsport für Lehrkräfte (Quelle: www.schulsport-nrw.de).

Zielgruppe: ÜL, Helfer, Pädagogen oder Interessierte, die mit 5 – 10-jährigen Kindern arbeiten.

Hinweis: Teilnahme ab 16 Jahren möglich, Befürwortung durch einen Verein. Lizenzerhalt mit 18 Jahren. Zur Lizenzierung ist ein 9-stündiger Erste-Hilfe-Nachweis erforderlich, der während der Ausbildung nachgereicht werden kann.

Voraussetzung: analoge oder digitale Basisqualifizierung (32 LE) bzw. das Anerkennungsmodul Basisqualifizierung (10 LE) für Personen mit Vorstufenqualifikation

►LG 26601001 90 LE
WTJ-Referententeam
21. – 22.2. | 14. – 15.3. | 18. – 19.4. | 25. – 26.4. | 9. – 10.5.
Sa 10 – So ca. 15 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
Ü/V Mitglieder 420,- / regulär 840,-



Fortbildungen Kinderturnen

Wochenendfortbildungen

Lust auf weitere Infos und Netzwerken?
Folgt uns auf Facebook und Instagram:
facebook.com/wtj.tuju | Instagram.com/wtj.tuju

Vielfalt erleben – Inklusion im Kinderturnen

Fortbildung und Zertifikat Kinderturnen Teil 1

Die Fortbildung soll helfen, sich dem Thema Vielfalt und Inklusion zu nähern und Berührungspunkte abzubauen. Es werden Ideen und Konzepte vorgestellt und gemeinsam ausprobiert. Eure Turnstunden bekommen eine gute Mischung von Angeboten und Anforderungen, die es zu einem Erlebnis für ALLE Kinder machen.

Kinder mit und ohne Handicap, Verhaltensauffälligkeiten und verschiedene Kulturkreise kommen gemeinsam zum Turnen in die Halle. Gemeinsam können Kinder unterschiedliche Bewegungsangebote nutzen.

Vielfältige Angebote von Tanzen, Turnen, Singen und Spielen machen die Turnstunden zu einem wunderschönen Erlebnis für alle Kinder.

Hinweis: Zertifikatsteilnehmende buchen das Zertifikat Kinderturnen (LG 26621103).

►LG 26621021 16 LE
Melina Braun, Jana Grote, Nina Hagedorn
20. – 22.3.2026 | Fr 18 – So 12.30 Uhr
Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, ÜL-B (Reha), Zertifikat Kitu Teil 1
Ü/V Gymcard 115,- / regulär 172,- FB 15,-



KitCo
Dein Kinderturn-Coach

Jetzt kostenlos herunterladen

In der App findest du:

- Stundenbilder
- Übungen
- Gruppenverwaltung
- Austauschforen
- Stundenplanung

...und das alles kostenlos!



www.kitco-app.de

DTB-Kursleiter Babys in Bewegung – mit allen Sinnen

Babys erobern über Bewegung und Sinneswahrnehmungen die Welt. Sie sind von Anfang an aktiv, neugierig und lernfähig. Die Babys in den einzelnen Entwicklungsphasen zu begleiten und sie so zu unterstützen, ist das Ziel des Kurses Babys in Bewegung – mit allen Sinnen. Die Weiterbildung gliedert sich in zwei Module:

- Modul 1: Das Baby von 3 bis 6 Monaten
- Modul 2: Das Baby von 6 bis 12 Monaten

Das Konzept wurde von Cornelia Lohmann (Entspannungspädagogin, Familienbegleiterin, PEKiP-Gruppenleiterin) entwickelt.

Inhalte:

- Bausteine der kindlichen Entwicklung
- Bewegung- und Körpererfahrung mit allen Sinnen
- Babymassage
- spielerische Bewegungen für Eltern und Kinder
- Lieder und Fingerspiele für das 1. Lebensjahr
- Handling (Tragen und Sitzen)
- Planung von Gruppenstunden und Elternabenden
- Vorstellen von Arbeitsmaterialien und ihren Einsatzmöglichkeiten
- Netzwerke

In dieser Weiterbildung sind umfangreiche Lehrmaterialien enthalten. 20 Lerneinheiten (0,5 ECTS) pro Modul.

Abschluss: Zertifikat DTB-Kursleiter Babys in Bewegung – mit allen Sinnen. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: ÜL-C, Tr-C Breitensport, Erziehende, Lehrkräfte oder gleichwertige Qualifikation auf Anfrage durch Zusendung entsprechender Nachweise und Erfahrung im Umgang mit (Klein-) Kindern. **Modul 2 kann erst nach Modul 1 absolviert werden.**

Modul 1: Das Baby von 3 bis 6 Monaten

DTB Akademie ▶ LG 26915021	20 LE
Heike Neidhart	
27. – 28.6.2026 Sa 9 – So ca. 15 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C, Tr-C Breitensport	
V Gymcard 215,- / regulär 255,-	
Ü/V Gymcard 240,- / regulär 280,-	FB 10,-



Modul 2: Das Baby von 6 bis 12 Monaten

DTB Akademie ▶ LG 26915022	20 LE
Heike Neidhart	
23. – 24.1.2027 Sa 9 – So ca. 15 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C, Tr-C Breitensport	
V Gymcard 215,- / regulär 255,-	
Ü/V Gymcard 240,- / regulär 280,-	FB 10,-



! Den beiden Ausbildungsmodulen Babys in Bewegung ist jeweils eine thematisch zugeordnete Tagesfortbildung vorgeschaltet, siehe Seite 81 und 82. Ü/F von Freitag auf Samstag für 35,- buchbar unter lehrgang@wtb.de, Tel. 02388 30000-26.

Kinderturnen an Geräten – Turnhits für Kids

Fortbildung und Zertifikat Kinderturnen Teil 2

Kinderturnen an Geräten macht Spaß! Wie ich das in meiner Kinderturngruppe anfangen und umsetzen kann, darum soll es in diesem Lehrgang gehen. Wir werden die einfachen turnerischen Elemente methodisch erarbeiten, entsprechende Hilfen und Hilfestellungen ausprobieren und Tipps und Tricks zur spielerischen Vermittlung verraten: Am Boden vom Purzelbaum zur Rolle vorwärts, vom Zappelhandstand zum Rad sowie Balken, Barren, Reck und Sprung. Die Schulung von Grundfertigkeiten, Kleine Spiele und Entspannung zur Abrundung der Turnstunde werden dabei natürlich auch nicht fehlen.

Grundsätzlich werden wir uns mit den klassischen Turngeräten beschäftigen. Daneben wird es aber auch ausreichend Platz für spontane Fragen und Wünsche geben.

Zielgruppe: ÜL, Helfende, Pädagogen, Interessierte, Fachkräfte im Ganztags und Zertifikatsteilnehmende, die mit 5 – 11 jährigen Kindern arbeiten

Zertifikatsteilnehmende buchen das Zertifikat Kinderturnen (LG 26621103).

▶ LG 26621024	15 LE
Simone Kampmeier, Sina Seibt	
14. – 15.11.2026 Sa 10 – So ca. 14.30 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C, Tr-C Breitensport, Zertifikat Kitu Teil 2	
Ü/V Gymcard 82,- / regulär 123,-	FB 10,-

Eltern-Kind-Turnen

Da die Forschung gezeigt hat, dass gerade möglichst vielfältige Bewegungserfahrungen wichtig für die kindliche Entwicklung sind, wollen immer mehr Eltern heute ihre Kinder gut fördern und kommen deshalb schon mit den Kleinsten zum Eltern-Kind-Turnen. Wir werden in diesem Lehrgang viele verschiedene Möglichkeiten aufzeigen, was Kinder und Erwachsene gemeinsam machen können. Ein Schwerpunkt liegt auch im Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden untereinander. Sowohl die alten Hasen als auch Übungsleitungen, die neu im Eltern-Kind-Turnen tätig sein wollen, sind herzlich willkommen.

Zielgruppe: ÜL, ÜL-Assistenten, Erziehende, Fachkräfte, Pädagogen und Interessierte, die mit Eltern-Kind-Gruppen arbeiten.

▶ LG 26620024	15 LE
Nicole Droletz, Nicole Zimmermann	
21. – 22.11.2026 Sa 10 – So ca. 14.30 Uhr	
Landesturnschule Oberwerries	
ÜL-C	
Ü/V Gymcard 82,- / regulär 123,-	FB 10,-



Arbeitswelten der Zukunft heute erleben.

Wir gestalten Ihre Arbeits- und Erlebniswelten von morgen! Vom einzelnen Display bis hin zum ganzheitlichen Raumkonzept. Wir beraten Sie professionell, fair und unkompliziert. Von der Planung bis zur Realisierung.

MEDIENTECHNIK | RAUMKONZEPTE | MEDIENMÖBEL

Lucky Look

Lucky Look GmbH
Hauptplatz Mann
Münsterstraße 5 D-59065 Hamm
Telefon: +49 2381 87296-0
Mail: info@lucky-look-media.de
www.lucky-look-media.de

DTB-Kursleiter Kindertanz

Tanzkiste mit kreativen Angeboten zur Umsetzung tanzpädagogischer Konzepte im Verein

Im Sinne von spielerischem Ausprobieren und Nachahmen erfahren die meisten Kinder Freude, Lust, Spannung und Entspannung. Zugleich hat der Tanz vielseitige positive Einflussmöglichkeiten auf motorische, soziale, affektive und kognitive Entwicklungsprozesse. Viele Kinder werden in ihrem Selbstkonzept gestärkt und entwickeln dadurch ein positives Selbstbewusstsein. Das Programm ist ausgerichtet auf die Zielgruppe der 4 bis 10-jährigen Kinder. Den Teilnehmenden werden Grundlagen vermittelt, um ein kindgerechtes Kindertanztraining gestalten zu können.

Inhalte:

- Haltungsschulung, Körperwahrnehmung, Kinderballett und gymnastisch-tänzerisches Bewegen
- Musikeinsatz in Theorie und Praxis sowie Rhythmusschulung
- Bewegungsaufgaben, Tanzimprovisation und einfache Schrittfolgen
- kreatives Kindertanz mit und ohne Alltagsmaterialien
- pädagogische Aspekte

Anerkennung: Zertifikat DTB-Kursleiter Kindertanz. Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Voraussetzung: ÜL, Trainer, Erziehende oder Bewegungsfachberufe, Erfahrungen im Umgang und Training mit Kindern, entsprechende fachliche Qualifikationen oder gleichwertige Qualifikation auf Anfrage



Lust auf weitere Infos und Netzwerken?

Folgt uns auf Facebook und Instagram:

facebook.com/wtj.tuju | Instagram.com/wtj.tuju

DTB Akademie ▶ LG 26913030 25 LE

Georgina Smeilus

20. – 22.11.2026 | Fr 17 – So 16 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,- FB 15,-

Fit von Anfang an

Fachtagung: Kinderturnen in Kita, Schule und Verein
26. – 27.9.2026, Landesturnschule Oberwerries

Eine Menge Vielfalt und Qualität in geballter Form für Erziehende, Lehrkräfte der Grundschulen und Förder-schulen, Übungsleitende, Trainer, Helfende/Assistierende und Interessierte ab 16 Jahren, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten (möchten).

Anmeldung: voraussichtlich ab Frühjahr 2026 möglich. Interessierte werden persönlich informiert, sobald die Anmeldung startet (E-Mail an wtj@wtb.de, Betreff: Interesse Fachtagung). Nähere Informationen unter wtj.wtb.de sowie im Referat Jugend des WTB.



Fortbildungen Kinderturnen

Tagesfortbildungen

Kreativer Kindertanz – mit Freude in Bewegung!

Bewegung macht Spaß – besonders, wenn sie kreativ und kindgerecht gestaltet ist. In dieser Fortbildung steht die Vermittlung von Freude am Tanzen und Ausprobieren im Mittelpunkt. Wie kann ich Kinder zwischen drei und acht Jahren spielerisch für Tanz begeistern? Wie kann ich ihre Fantasie anregen, ihre Ideen aufgreifen und gemeinsam mit ihnen kleine Choreografien entwickeln?

In diesem Tageslehrgang geht es darum, wie Tanzstunden lebendig, abwechslungsreich und altersgerecht gestaltet werden können – voller Musik, Bewegung und guter Laune. Mit vielen praktischen Ideen im Gepäck vermittelt Georgina, wie sich Kinder spielerisch zum Tanzen motivieren lassen und was es braucht, um ihre Kreativität zu fördern.

Die Teilnehmenden erhalten fertige Mitmachta-nze und einfache Choreografien, die sich direkt in die eigene Praxis übernehmen lassen. Ganz nebenbei werden Körpergefühl, Rhythmus, Selbstvertrauen und Teamgeist der Kinder gestärkt.

▶ LG 26620231 8 LE

Georgina Smeilus

7.2.2026 | So 10 – 17 Uhr

Dröschede

ÜL-C

Gymcard 40,- / regulär 60,- FB 5,-

Sinnes- und Sprachentwicklung im ersten Lebensjahr bewegt begleiten

Die frühkindliche Sprachentwicklung ist eng mit der motorischen Entwicklung verknüpft. Bewegungserfahrungen unterstützen die neuronale Vernetzung im Gehirn und fördern wichtige kognitive Fähigkeiten, die für den Spracherwerb essenziell sind. Besonders die Körperwahrnehmung, rhythmische Bewegungen und das Nachahmen von Gesten helfen Babys, Sprache besser zu verstehen und später aktiv zu nutzen.

Ebenso wie die Sprache entwickeln sich in den ersten Lebensmonaten auch die Sinne rasant weiter: Tasten, Hören, Riechen, Sehen, Gleichgewicht und Tiefenwahrnehmung sind die Grundlagen für jede Art von Interaktion und Kommunikation. Ohne Sinneseindrücke gibt es keine Begriffe – und ohne körperliche Erfahrung keine verankerte Sprache.

In der Fortbildung werden die theoretischen Grundlagen vermittelt und die Brücke zur Nutzung des Wissens im Eltern-Baby-Kurs geschlagen.

Die Teilnehmenden lernen, wie sie Bewegung, Sinnesanregung und Sprachförderung sinnvoll



miteinander verbinden. Sie erhalten theoretische Grundlagen und viele praktische Übungen, die im Eltern-Baby-Kursalltag sofort umsetzbar sind. Es handelt sich primär um ein Vertiefungsangebot zu Babys in Bewegung – mit allen Sinnen.

Die Tagesfortbildung richtet sich an alle, die in Eltern-Baby-Kursen mit Bewegungsangeboten oder beratenden Kontexten arbeiten und vertieftes Wissen in ihre Arbeit einfließen lassen möchten.

Inhalte:

- Grundlagen der Sprachentwicklung von Babys (Meilensteine im ersten Lebensjahr)
- Zusammenhang von Sprachentwicklung und Bewegung (er-)kennen
- die Entwicklung der Sinne im ersten Lebensjahr kennen und durch sinnvolle Bewegungsanregungen begleiten
- Einsatz des theoretischen Wissens im (Kurs-)Alltag





Lust auf weitere Infos und Netzwerken?

Folgt uns auf Facebook und Instagram:

facebook.com/wtj.tuju | Instagram.com/wtj.tuju

Voraussetzung: ÜL-C, Tr-C Breitensport, Erzieher, Lehrer oder gleichwertige Qualifikation auf Anfrage durch Zusendung entsprechender Nachweise und Erfahrung im Umgang mit (Klein-) Kindern

DTB-Akademie ▶LG 27915010 8 LE
Heike Neidhart
 22.1.2027 | Fr 13 – 20.30 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

Kinderturnen – Fit & Smart 4 Kids

In diesem praxisnahen Tageslehrgang dreht sich alles um funktionelles Training im Kinderturnen: Was gehört dazu? Welche Übungen fördern gezielt Koordination, Beweglichkeit und Körpergefühl? Wie unterscheiden sich die Bedürfnisse in verschiedenen Altersstufen? Wie lässt sich eine Turnstunde sinnvoll und lebendig gestalten und wie können wir Wartezeiten nutzen?

Neben praktischen Übungsbeispielen bekommst Du hilfreiche Impulse zur Organisation von Kindergruppen und zur Elterneinbindung. Wir besprechen



aktuelle Herausforderungen und tauschen untereinander Tipps und Tricks.

Ein Augenmerk liegt auf der kindlichen Entwicklung bis zum Grundschulalter: Du erfährst, welche motorischen Fähigkeiten wann im Vordergrund stehen – und wie Du Dein Training daran anpassen kannst.

▶LG 26620232 8 LE
Simone Kampmeier
 8.2.2026 | So 10 – 17 Uhr
 Drörschede
 ÜL-C
 Gymcard 40,- / regulär 60,- FB 5,-

TGM-TGW Kampfrichterfortbildung zur Lizenzverlängerung

Neuerungen und Änderungen sowie fachübergreifende Fragen

Ort und Termin standen zum Redaktionsschluss noch nicht fest. Kontakt über TGM-TGW@wtb.de
Voraussetzung: Kampfrichter B TGM/TGW 8 LE

Achtsamkeit begleiten – Mütter in stressigen Zeiten stärken

Die ersten Monate mit einem Baby sind wie ein Aufbruch ins Neuland – intensiv, überwältigend und voller Veränderungen. Viele Mütter erleben diese Zeit als Balanceakt zwischen tiefer Liebe und wachsendem Stress. In dieser sensiblen Phase wünschen sie sich Orientierung, Entlastung und echte Stärkung.

In dieser Lebensphase können Kursleitungen eine wichtige Rolle einnehmen – als Orientierungshilfe, als Impulsgeber und als ruhige Kraftquelle. Diese eintägige Fortbildung vermittelt praxisnahe Methoden, um Mütter in stressreichen Phasen feinfühlig, stärkend und praxisnah zu begleiten.

Die Fortbildung vermittelt nicht nur theoretisches Wissen, sondern vor allem praxistaugliche Ansätze, die direkt in den (Kurs-)Alltag integriert werden können. Am Ende des Tages verfügen die Teilnehmenden über konkrete Fähigkeiten, um Mütter wirkungsvoll zu unterstützen innere Ruhe zu finden und mit mehr Gelassenheit durch den Alltag zu gehen. Gleichzeitig nehmen sie wertvolle Impulse und Werkzeuge für die eigene Selbstfürsorge mit.



Inhalte:

- Grundlagen zum Thema Stress: Wie entsteht Stress? Warum reagieren Menschen unterschiedlich?
- Wie kann ich dem Stress begegnen?
- Differenzierung kurz-, mittel- und langfristiger Bewältigungsstrategien
- Achtsamkeitstechniken: einfache Übungen zur Selbstwahrnehmung und mentalen Entlastung
- Entspannungstraining: Methoden, um Körper und Geist zur Ruhe zu bringen
- Resilienz aufbauen: Wege zur inneren Stärke und Gelassenheit
- Praktische Anwendung: Wie lassen sich die Methoden im Gruppenkontext sinnvoll einsetzen?
- Alle Lernthemen werden durch praktische Übungen und (Selbst-) Reflexionen vertieft.

Zielgruppe: Die Tagesfortbildung richtet sich an alle, die mit jungen Müttern in Eltern-Baby-Kursen, Bewegungsangeboten oder beratenden Kontexten arbeiten und diese in herausfordernden Zeiten stärkend begleiten möchten.

Voraussetzung: ÜL-C, Tr-C Breitensport, Erzieher, Lehrkräfte oder gleichwertige Qualifikation auf Anfrage durch Zusendung entsprechender Nachweise und Erfahrung im Umgang mit (Klein-) Kindern

DTB-Akademie ▶LG 26915010 8 LE
Heike Neidhart
 26.6.2026 | Fr 13 – 20.30 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 V Gymcard 104,- / regulär 134,- FB 5,-

Tanzwerkstatt

Die Tanzwerkstatt wird zum 27. Mal stattfinden und richtet sich an alle Tanzinteressierten ab 16 Jahren sowie speziell an Übungsleitende, Trainierende, Helfende und Assistierende.

Die Fortbildung besteht aus einem Hauptvortrag, einem musikalischen Get-Together, drei Praxis-Blöcken und einer Abschlussbesprechung. Die Teilnehmenden können jeweils einen Workshop (pro Block) aus vier Auswahlmöglichkeiten buchen.

Der Hauptvortrag sowie das musikalische Get-Together (mit Essen) und die Abschlussbesprechung gelten ebenso als Teil der Lerneinheiten. Dadurch ist die Tanzwerkstatt mit 8 LE zur Lizenzverlängerung anerkannt. Let's dance!

▶LG 26621220 8 LE
Jorge Sandoval (Ansprechpartner)
 8.11.2026 | So 10 – 18.15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C 75,-



SCHULE UND VEREIN Lehrerfortbildung im Turnen Teil 1, 2 & 3

Dieser Lehrgang ist eine gemeinsame Veranstaltung des WTB und der Bezirksregierungen Arnsberg, Münster und Detmold. Die Lehrerfortbildung richtet sich an je zehn Lehrkräfte an Schulen der Primarstufe, Förderschule und/oder SEK I aus den genannten Bezirksregierungen und kann zur Verlängerung des ÜL-C mit 15 LE genutzt werden.

Themen:

- Erlernen turnerischer Grundelemente – gewusst wie!
- Minitrampolin
- Parkour
- Helfen und Sichern
- Erlass zur Sicherheitsförderung im Schulsport
- Aufwärmspiele
- NRW-YoungStars, Gerätturnwettbewerb der Grundschulen
- Jugend trainiert für Olympia, Wettkampf IV (SEK I)
- Gerätelandschaften; Turnen als Bewegungs-ABC

In Teil 2 und 3 finden neben den turnerischen Elementen auch noch die folgenden Turnspiele besondere Beachtung: Faustball, Orientierungslauf, Prellball und Indiaca sowie das Spiel Pickleball.

15 LE pro Teil

Julia Böger, Jorge Sandoval (Ansprechpartner)
 14. – 15.4.2026 (Teil 1) ▶LG 26691041
 21. – 22.4.2026 (Teil 2) ▶LG 26691042
 29. – 30.9.2026 (Teil 1) ▶LG 26691043
 6. – 7.10.2026 (Teil 3) ▶LG 26691044
 Di + Mi 9 – 16 Uhr | Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C 120,-

Kinderturnen

Kinder- und Jugend-Freizeiten

Kinder- und Jugend-Freizeiten

Das gesamte Freizeitprogramm der Westfälischen Turnjugend ist zum Redaktionsschluss zum Teil noch in der Vorbereitung. Interessierte Vereine, Übungsleitungen, Jugendliche und Kinder können sich gerne in der WTB-Geschäftsstelle, Referat Jugend, informieren.

Zeltlager Oberwerries

Unser Angebot für Kinder- und Jugendgruppen

Das Zeltlager kann von Juni bis Mitte September für Freizeiten gebucht werden. Anfragen zu freien Zeiten und den Kosten richten Sie bitte an das Turnschulmanagement: Stefanie Kruse oder Wendy Daelmann, Tel. 02388 30000-21; kruse@wtb.de.

Auf dem Gelände der Landesturnschule Oberwerries stehen Zelte mit Holzfußboden (ca. 110 Kinder), Betreuerhäuser (ca. 15 Betreuende) mit Betten sowie ein Essenzelt und ein Sozialgebäude mit sanitären Anlagen und Spülküche zur Verfügung.

Auf dem Gelände kann man sportliche Aktivitäten wie Spiele und Bootfahren anbieten. Eine Sporthalle kann abhängig von der Belegung dazu gebucht werden. Das bietet das nähere Umfeld: Erlebnisbad Maximare, Maximilianpark, Waldbühne Heessen, Hindu-Tempel Uentrop, Lippefähre Lupia, Wasserskianlage usw. Die ausgeschriebenen Fahrradrouten Römeroute, Lippe-Radweg, Werse-Radweg sowie die 1000-Schlösser-Route sind direkt angeschlossen.

Interkulturelles Sport- und Sprachcamp 2026

Der Westfälische Turnerbund, in Zusammenarbeit mit dem Integrationszentrum Hamm und lokalen Vereinen, organisiert über das Programm Integration durch Sport ein interkulturelles Sport- und Sprachcamp im Zeltlager Oberwerries.

Das Ziel dieses Camps ist es, 30 männlichen Jugendlichen mit und ohne internationaler Geschichte, im Alter von 14 – 17 Jahren, die Möglichkeit zu bieten, gemeinsam Sport zu treiben, kulturelle Barrieren abzuschaffen, ihre Sprachfähigkeiten zu verbessern, lokale Vereine kennenzulernen und sich interkulturell mit Zeltlagerstimmung auszutauschen.

► LG 26630061

Jorge Sandoval

24. – 27.6.2026 | Landesturnschule Oberwerries – Zeltlager

Ü/V 60,- (voraussichtliche Kosten, für leistungsberechtigte Teilnehmende besteht die Möglichkeit einer Kostenübernahme)

WTJ-Freizeiten

In den Sommerferien haben Kinder zwischen 8 und 12 Jahren die Möglichkeit, ihre Ferien im Zeltlager Oberwerries zu verbringen. In den ersten und letzten zwei Wochen der Ferien werden zwei Freizeiten mit eingesetzten Betreuenden-Teams durchgeführt.

Spiel, Spaß, Spannung sowie das Erleben von Natur und Umwelt stehen im Vordergrund der Angebote im Sport, Turnen, Rad fahren, Boot fahren, Basteln und Werken.

1. Dekade

www.spass-im-zow.de

► LG 26631063

Philipp Döhl, Meik Afholderbach, Team Siegerland

23.7. – 5.8.2026

Landesturnschule Oberwerries – Zeltlager

Ü/V 260,-

2. Dekade

Die Zeit zwischen den WTJ-Zeltlagern steht für Vereins-, Kinder- und Jugendgruppen mit eigener Leitung und Programmgestaltung zur Verfügung. Nähere Informationen in der Geschäftsstelle des WTB, Stefanie Kruse, Tel 02388 3000021, kruse@wtb.de

3. Dekade

<http://homepage.zeltlager-ow.de>

► LG 26631062

Martin Heep, Team Münsterland

15. – 28.8.2026

Landesturnschule Oberwerries – Zeltlager

Ü/V 260,-

Informationen und Anmeldungen

Westfälischer Turnerbund e.V., Referat Jugend

Zum Schloss Oberwerries, 59073 Hamm

Telefon 02388 300000

E-Mail wtj@wtb.de

<https://wtj.wtb.de/>

Instagram [wtj.tuju](https://www.instagram.com/wtj.tuju)

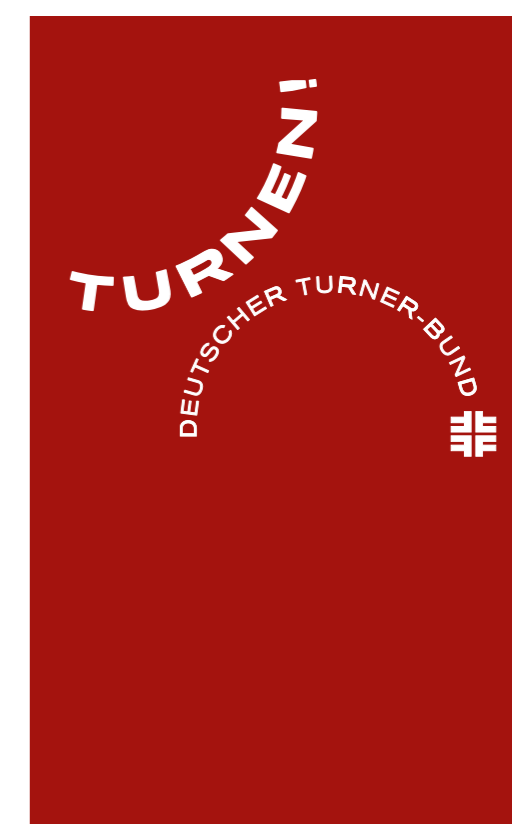
Online-Suche und –Anmeldung im GymNet:

events.dtb-gymnet.de

Maßnahmen der WTJ: bei Stichwort/Eventnummer 266 eingeben



Turnen



Turnen

Lizenzbildungen

Trainer-C-Assistentenausbildung

Vorstufenqualifikation

Mit dieser Ausbildung wenden wir uns an Jugendliche (mindestens 13, höchstens 18 Jahre), die im Leistungssportbereich ihres Fachgebietes tätig werden wollen. Die Ausbildung ist eine Vorstufe zur Trainer-C-Ausbildung des WTB. Über theoretische und sportpraktische Ausbildungsinhalte sollen die Teilnehmer u.a. etwas über die Ziele und Inhalte des Leistungssports und deren Umsetzung erfahren. Sie sollen methodisch und didaktisch auf die Erarbeitung und Durchführung spezieller Aspekte des Leistungstrainings vorbereitet werden. Darüber hinaus lernen die Teilnehmer etwas über den Aufbau und die Aufgaben des Sportvereins. 15 LE werden auf eine zukünftige Trainer-C-Ausbildung angerechnet. Zielgruppe sind aktuelle und ehemalige Leistungssportler.

►LG 26400411 60 LE

1. Folge: 18. – 20.9.2026 | 2. Folge: 9. – 11.10.2026
3. Folge: 6. – 8.11.2026 | 4. Folge: 20. – 22.11.2026
Fr 18 – So 13 Uhr

Landesturnschule Oberwerries
Ü/V Mitglieder 380,- / regulär 760,-

Trainer-C Ausbildung

Gerätturnen weiblich/männlich, Leistungssport

Die Ausbildung umfasst 120 LE. Sie richtet sich nach den Ausbildungsplänen und -richtlinien des DOSB, DTB, LSB und WTB. Nach 60 LE der allgemeinen Ausbildung absolvieren die Teilnehmer den fachspezifischen Teil (60 LE). Das erfolgreiche Absolvieren des E-Learning-Moduls des WTB (Anerkennungsmodul Basisqualifizierung) kann auf den theoretischen Teil der Trainer-C-Ausbildung angerechnet werden. Wir richten wir uns an Teilnehmer, die aus dem Leistungssport Gerätturnen kommen und dort aktiv werden wollen. Zielgruppe sind aktive und ehemalige Leistungssportler. Im Bereich Gerätturnen erfolgt die Zulassung zur Ausbildung erst nach Rücksprache mit dem TK-Vorsitzenden Gerätturnen, Karsten Struck, der dem WTB die Teilnehmer meldet.

►LG 26400111

Allgemeiner Teil: 1. Folge:
16. – 18.1.2026 | 2. Folge: 6. – 8.2.2026
3. Folge: 20. – 22.2.2026 | 4. Folge: 13. – 15.3.2026
Fachspezifischer Teil: 28.3. – 2.4.2026
Allgemeiner Teil: Fr 18 – So 13 Uhr 15 LE
Fachspezifischer Teil: Sa 10 – Do 17 Uhr 60 LE
Folgen 1 – 4 Landesturnschule Oberwerries,

fachspezifischer Teil in Dortmund
Ü/V Mitglieder 750,- / regulär 1.500,-

DTB-Basisschein Trampolin I und Qualifikationsnachweis für Sportlehrkräfte I nach den Richtlinien des DTB

Geräteaufbau und -abbau; Sicherheitsbestimmungen, Gewöhnungsübungen; Methodik der Grundsprünge ohne Hilfeleistung; Spielformen; Grundtechniken der Hilfeleistung. Die Stufe I ist Voraussetzung für die Teilnahme am ETB-Basisschein II. Trampolinspezifische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Zielgruppe: Übungsleiter, Sportlehrer, Erzieher, Interessierte ohne trampolinspezifische Vorkenntnisse.

Voraussetzung: Vollendung des 14. Lebensjahres.
Gesundheitliche Voraussetzung für praktische Übungen auf dem Trampolin zwingend erforderlich.

►LG 26440010

Miriam Tapaße
20. – 22.2.2026 / Fr 18 – So 13 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
Ü/V Mitglieder 120,- / regulär 240,-

DTB-Basisschein II für Übungsleiter und Sportlehrkräfte

Auffrischung des DTB-Basisscheins Trampolin I; Grundtechniken der Hilfeleistung; Methodik der Sprünge mit Hilfeleistung (Rücken- und Bauchsprünge, Salto vorwärts und rückwärts, Barani); Spielformen, theoretische Inhalte (Sportverband, Wettkampfwesen, Pädagogik, Trainingslehre).

Der Lehrgang schließt mit der Überprüfung der praktischen Fähigkeiten der Teilnehmer ab.

Gesundheitliche Voraussetzungen für praktische Übungen auf dem Trampolin zwingend erforderlich. Zielgruppe: Übungsleiter, Sportlehrer, Erzieher, Interessierte, die die erforderlichen Voraussetzungen erfüllen.

Voraussetzung: Vollendung des 14. Lebensjahres.
Teilnahme am Basisschein I.

►LG 26440020

Miriam Tapaße
6. – 8.3.2026 | Fr 18 – So 13 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
Ü/V Mitglieder 120,- / regulär 240,-

Turnen

Fortbildungen

Airtrack – Einsatz und Trainingsmöglichkeiten

Informationen, Einsatz- und Trainingsmöglichkeiten mit dem Sportgerät Airtrack zur Erweiterung des Bewegungsrepertoires vom breiten- bis zu leistungssportlichem Turnen.

Zielgruppe: Trainer, Übungsleiter, Interessierte im Bereich Gerätturnen, Trampolinturnen.

►LG 26400611 10 LE

Lehrteam Fachgebiet Gerätturnen
20.6.2026 | Sa 9 – 18 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
Tr-C GT, F - ÜL GT, Tr-C Tramp.
V Mitglieder 55,- / regulär 110,-

Trainerfortbildung

Gerätturnen weiblich

Die Lehrgangsinhalte orientieren sich an den aktuellen Erfordernissen, Grundlagentraining und Behandlung von Fragen aus dem Teilnehmerkreis.

Zielgruppe: Trainer und Übungsleiter im Gerätturnen weiblich.

►LG 26420110

Beatrix Glagow
7.11.2026 | Sa 9 – 18 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
Tr-C GT
V Mitglieder 55,- / regulär 110,-

Trainerfortbildung

C-Lizenz Gerätturnen

Der Fortbildungslehrgang dient zur Verlängerung der Trainer-C-Lizenz. Neben den theoretischen werden auch sportpraktische Inhalte vermittelt. Mit diesem Lehrgang sprechen wir die Trainer-C-Lizenzinhaber der Fachgebiete Gerätturnen Männer und Frauen an. Zielgruppe sind Tr-C-Lizenzinhaber Gerätturnen Leistungssport.

►LG 26400511 15 LE

Lehrteam
27. – 29.11.2026 | Fr 18 – So 13 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
TR-C GT
Ü/V Mitglieder 115,- / regulär 230,-

Trainerfortbildung

C-Lizenz Gerätturnen

Der Lehrgang umfasst theoretische und praktische Unterrichtseinheiten und dient zur Verlängerung der Trainer-C-Lizenz Gerätturnen.

►LG 26400711 15 LE

4. – 6.12.2026 | Fr 18 – So 13 Uhr
Landesturnschule Oberwerries
F-ÜL GT, Tr-C GT
Lehrteam
Ü/V Mitglieder 115,- / regulär 230,-

GERÄTTURNEN KAMPFRICHTERWESEN

Kampfrichterfortbildung

Gerätturnen weiblich Lizenzart B

Lehrgang zur Verlängerung der Kampfrichterlizenz im Gerätturnen weiblich, Lizenzart B; Inhalte: Code de Pointage 2025 – 2028 sowie das Nationale Wettkampfprogramm des DTB Kür modifiziert. Die Lizenz wird bei erfolgreicher Teilnahme an der Abschlussprüfung, verlängert. Zielgruppe: Kampfrichter mit einer gültigen Lizenz (Lizenzart B) Gerätturnen weiblich. Teilnehmerkreis: nur WTB-Angehörige.

Voraussetzung: gemäß der WTB-Kampfrichterordnung Kampfrichter mit einer gültigen Lizenz (mind. Kategorie B)

►LG 26420210

Karsten Stuck, WTB-Referententeam
17. – 18.1.2026 | Sa 9 – So 16 Uhr
Landesturnschule Oberwerries

TRAMPOLINTURNEN

Trainer-C-Fortbildung

Der Fortbildungslehrgang dient zur Verlängerung der Trainer-C-Lizenz Trampolinturnen. Themen: Methodik von Einzelsprüngen, Fehlerkorrektur, Hilfestellung.

Zielgruppe: Trainer mit C-Lizenz sowie Kadermitglieder. Ohne Lizenz bei freien Plätzen.

Voraussetzung: Trainer mit C-Lizenz, bei freien Plätzen: Trampolin Basisschein

►LG 26440030 15 LE

Miriam Tapaße und Lehrteam

4. – 6.9.2026 | Fr 18 – So 13 Uhr
Ort: N.N.
Tr-C Trampolinturnen
Ü/V Mitglieder 115,- / regulär 230,-

Landeskampfrichter Fort- und Ausbildungslehrgang

C-Lizenz Trampolinturnen

Erarbeiten und Vertiefen der Wettkampfbestimmungen laut der aktuellen CoP. Das Wertesystem (Haltung, Wandern, Schwierigkeit, Synchronität) wird anhand von Videos/DVDs, sowie praxisnah am Trampolin geübt. Während des Lehrgangs erfolgt die Kampfrichter-Prüfung in Theorie und Praxis.

Zielgruppe: Kampfrichter bzw. Anwärter mit Vorkenntnissen.

Voraussetzung: Vollendung des 16. Lebensjahres. Fachbezogene sportpraktische Voraussetzungen sowie solide Kampfrichter-Grundkenntnisse (Regeln laut aktuellen CoP, Berechnung der Schwierigkeitsgrade). Weitere Infos siehe: www.wtb-trampolin.de/service-downloadcenter

►LG 26440040

Philip Möller
21. – 22.3.2026 | Münster

Arbeits-, Organisations- und Trainingsoptimierung

Erarbeitung der Wettkampf-, Lehrgangs- und Veranstaltungskonzeption.



Zielgruppe: Vereins-, Bezirks- und Gaufachwarte, Technische Kommission Trampolinturnen.

Voraussetzung: fachbezogene, sporttheoretische Kenntnisse

►LG 26440050

Denzel Köhler
22.11.2025 | So 10 – 16 Uhr
Landesturnschule Oberwerries

Aerobicturnen

Kampfrichterfortbildung

Kampfrichterübungen für A-, B-, und S-Note
Zielgruppe: Landeskampfrichter Aerobicturnen.

Voraussetzung: Landeskampfrichterbrevet Aerobicturnen

►LG 26480010

Uwe Hackethal, Lisa Klostermann
7.2.2026 | Sa 10 – 14 Uhr
Greven / Münster
ohne V Mitglieder 40,- / regulär 40,-

RHÖNRADTURNEN

Kampfrichteraus- und -fortbildung

Aus- und Fortbildung im Bereich Sprung

Zielgruppe: alle Kampfrichter Gerade, ab Jahrgang 2012 und älter

Voraussetzung: Kampfrichterausbildung Gerade

►LG 26450010

17. – 18.1.2026 / Sa 10 – So 18 Uhr
Nadja Rüßmann
N.N.

Kampfrichterausbildung

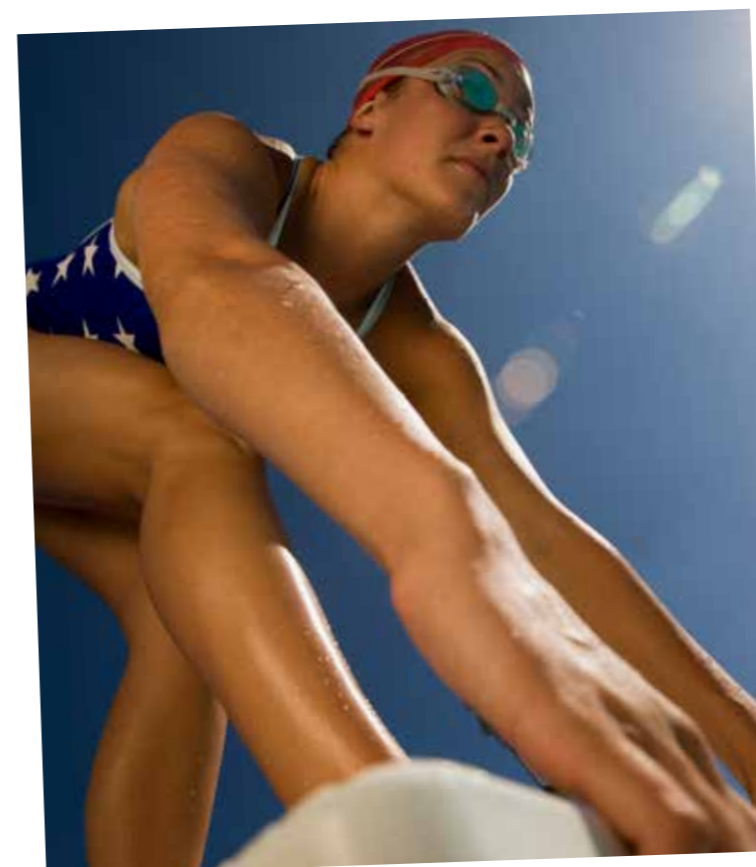
Aus- und Fortbildung im Bereich Spirale

Zielgruppe: alle Kampfrichter Gerade, ab Jahrgang 2012 und älter.

Voraussetzung: Kampfrichterausbildung Gerade

►LG 26450020

24. – 25.1.2026 / Sa 10 – So 18 Uhr
Nadja Rüßmann
N.N.



Turnspiele



Sportarten

Sportarten/Turnspiele

Aus- und Fortbildungen

SCHNEESPORT

2025/26 Tr-C-Ausbildung Breitensport, Fitness und Gesundheit, Natursport Winter

Es werden die verschiedenen Fahrtechniken, Methoden des Skiunterrichts, der Skifahrtenbetreuung und die ganzjährige Arbeit in den Vereinen mit Schneesportgruppen vermittelt. Die Ausbildung richtet sich an Mitarbeiter in den Vereinen, die im Schneesport, bei Skifreizeiten und im Übungsbetrieb (z.B. Skigymnastik) tätig sind und im Bereich Schneesportunterricht tätig werden möchten.

Die Ausbildung besteht aus vier Teilen. In allen Lehrgangsteilen werden theoretische sowie praktische Inhalte vermittelt. Weitere Informationen auch unter www.rwtb-schneesport.de

Grund-/ Basislehrgang (LG 1)

Im Pitztal werden die theoretischen und praktischen Inhalte für den Tr-C Breitensport, Fitness und Gesundheit, Natursport Winter / Übungsleiter Ski Grundstufe vermittelt und durch praktische Einheiten unterstützt.

►LG 25270006

18. – 23.11.2025

Pitztal, Hotel Möderle

Theorielehrgang (LG 2)

In der Landesturnschule werden die theoretischen Inhalte für die Ausbildung / Trainer-C Breitensport, Fitness und Gesundheit, Natursport Winter / Übungsleiter Ski Grundstufe vermittelt und durch praktische Einheiten unterstützt.

►LG 25270009

5. – 7.12.2025

LTS Bergisch Gladbach

Ü/V Gymcard 180,-

Aufbau-/ Nordciclehrgang (LG 3)

Im Nordcicleil werden theoretische und praktische Inhalte vermittelt. Um schneeunabhängig auszubilden, erfolgt die Ausbildung auf Skikes.

►LG 26270001

Nach Absprache mit den Teilnehmern im Januar – März 2026 voraussichtlich in der Eifel

ca. 70,-

Ausbildungs-/ Prüfungslehrgang (LG 4)

Im Stubaital, Schlick 2000 oder Stubaier Gletscher, werden weitere aufbauende theoretischen und praktischen Inhalte für den Trainer C, Breitensport Fitness und Gesundheit, Natursport Winter / Übungsleiter Ski Grundstufe vermittelt und durch praktische Einheiten unterstützt.

Mit einer Theorie- und praktischen Prüfung schließt der Lehrgang / die Ausbildung ab.

►LG 26270002

4. – 11.4.2026

Stubaital, Sporthotel Brugger

Voraussetzung: Bestehen der Teilprüfungen im LG 2 (Grund- und Basislehrgang).

Des Weiteren müssen zur Lizenzvergabe alle Lehrgänge erfolgreich abgeschlossen sein.

Für LG 1, 3 und 4 genaue Preise im Herbst 2025 anfragen, da die Liftpreise noch nicht bekannt sind.

Alle LG eigene Anreise.

Die Gebühren enthalten Lehrmaterial und Lift.

2026/27 Tr-C-Ausbildung Breitensport, Fitness und Gesundheit, Natursport Winter

Es werden die verschiedenen Fahrtechniken, Methoden des Skiunterrichts, der Skifahrtenbetreuung und die ganzjährige Arbeit in den Vereinen mit Schneesportgruppen vermittelt. Die Ausbildung richtet sich an Mitarbeiter in den Vereinen, die im Schneesport, bei Skifreizeiten und im Übungsbetrieb (z.B. Skigymnastik) tätig sind und im Bereich Schneesportunterricht tätig werden möchten.

Die Ausbildung besteht aus vier Teilen. In allen Lehrgangsteilen werden theoretische sowie praktische Inhalte vermittelt.

Weitere Informationen auch unter www.rwtb-schneesport.de

Grund-/ Basislehrgang (LG 1)

Im Pitztal werden die theoretischen und praktischen Inhalte für den Trainer C, Breitensport Fitness und Gesundheit Natursport Winter / Übungsleiter Ski Grundstufe vermittelt und durch praktische Einheiten unterstützt.

►LG 27270002

24. – 29.11.2026

Pitztal, Hotel Möderle

Theorielehrgang (LG 2)

In der Landesturnschule werden die theoretischen Inhalte für die Ausbildung / Trainer C Breitensport, Fitness und Gesundheit. Natursport Winter / Übungsleiter Ski Grundstufe vermittelt und durch praktische Einheiten unterstützt.

►LG 27270001

8. – 10.1.2027

LTS Oberwerries

Ü/V Gymcard 180,-

Aufbau-/ Nordciclehrgang (LG 3)

Im Nordcicleil werden theoretische und praktische Inhalte vermittelt. Um schneeunabhängig auszubilden, erfolgt die Ausbildung auf Skikes.

►LG 27270003

Nach Absprache mit Teilnehmenden im Januar – März 2027 voraussichtlich im Hochsauerland

ca. 75,-

Ausbildungs-/ Prüfungslehrgang (LG 4)

Im Stubaital, Schlick 2000 oder Stubaier Gletscher, werden weitere aufbauende theoretischen und praktischen Inhalte für den Trainer C Breitensport, Fitness und Gesundheit, Natursport Winter / Übungsleiter Ski Grundstufe vermittelt und durch praktische Einheiten unterstützt.

Mit einer Theorie- und praktischen Prüfung schließt der Lehrgang / die Ausbildung ab.

►LG 27270004

27.3. – 3.4.2027

Stubaital, Sporthotel Brugger

Voraussetzung: Bestehen der Teilprüfungen im LG 2 (Grund- und Basislehrgang).

Des Weiteren müssen zur Lizenzvergabe alle Lehrgänge erfolgreich abgeschlossen sein.

Für LG 1, 3 und 4 genaue Preise im Sommer 2026 anfragen, da die Liftpreise noch nicht bekannt sind.

Alle LG eigene Anreise. Die Gebühren enthalten Lehrmaterial und Liftgebühr.

Familienskitag 2026

In altbewährter Form findet der Familienskitag in der Bottroper Skihalle statt. Dies bietet uns nach den letzten schneearmen Wintern Planungssicherheit. Schneesportbegeisterte können unter sachkundiger Anleitung einen aufregenden Tag im Schnee erleben. Für alle Alters- und Könnensstufen bieten wir ein abwechslungsreiches Workshop-Programm durch

unsere Trainer / Übungsleiter für Ski- und Snowboardfahrer an. Da die Skihalle Bottrop ein All-Inklusiv-Angebot anbietet, werden wir dort mit Essen, Getränken und Skimaterial versorgt.

►LG 26270003

LE 8

Reiner Rosga, Bernd Baaske

7.2.2026 | Sa 9 – 17 Uhr

Skihalle Bottrop

ÜL-C, Tr-C Breitensport

Preise inkl. Skipass, Unterricht, Betreuung, Mittagessen/Kaffee

Kind (5 – 12 Jahre) 45,- und Erw. 85,-

Da die Liftkosten noch nicht aktuell sind, können sich noch kleine Änderungen ergeben.

Bitte im Herbst auf unserer Internetseite, RWTB-schneesport.de, nachschauen.

Schneesport Fortbildung 1

Pflichtfortbildung zur Verlängerung Tr-C Breitensport, Fitness und Gesundheit, Natursport Winter (Übungsleiter Ski Grundstufe) und Instructor Ski. Zu dieser Fortbildung lädt das Lehrteam des R/WTB ins Pitztal ein. Das Team hat wieder ein interessantes und abwechslungsreiches Programm in Theorie und Praxis zusammengestellt, welches für neue Anregungen und Ideen für den Skiunterricht sorgt. Nach dem Skifahren lassen wir uns im Hotel Möderle verwöhnen.



►LG 26270005

Reiner Rosga

24. – 29.11.2026

Anreise bis 18 Uhr; Rückreise Sonntag morgens

Pitztal, Hotel Möderle

ÜL-C, Tr-C Breitensport

Ü/HP inkl. Liftgebühr ca. 850,-

Genauere Preise bitte im Sommer 2026 erfragen, da die Liftpreise noch nicht bekannt sind.

Schneesport Fortbildung 2

Pflichtfortbildung zur Verlängerung Tr-C Breitensport, Fitness und Gesundheit, Natursport Winter (Übungsleiter Ski Grundstufe) und Instructor Ski. Zu dieser Fortbildung lädt das Lehrteam des R/WTB dieses Mal zu den schneesicheren Stubaier Gletschern ein. Das Team hat wieder ein interessantes und abwechslungsreiches Programm in Theorie und Praxis zusammengestellt, welches für neue Anregungen und Ideen für den Skiunterricht sorgt. Nach dem Skifahren lassen wir uns im Hotel Brugger verwöhnen.

►LG 26270004

Reiner Rosga

4. – 11.4.2026

Anreise bis 18 Uhr; Rückreise Sonntag morgens

Fulpmes, Hotel Brugger

ÜL-C, Tr-C Breitensport

Ü/HP inkl. Liftgebühr ca. 1180,-

Genauere Preise bitte im Sommer 2026 erfragen, da die Liftpreise noch nicht bekannt sind.

Saisoneröffnung 2026/2027

Einläuten der neuen Skisaison

Im Pitztal findet wieder unsere Saisoneröffnung statt. Den Teilnehmern werden die neusten Skitechniken gezeigt/beigebracht, so dass die kommende Wintersaison mit viel Schnee kommen kann. Das Hotel Möderle wird der Ausgangspunkt für drei/vier herrliche Schneetage sein. Mit dem Skibus ist die Talstation des Pitztaler Gletschers schnell und kostenlos zu erreichen. Das Hotel wird uns mit seinem komfortablen Ambiente, gutem Essen und einer kleinen Wellnessoase verwöhnen. Des Weiteren stehen Lehrteammitglieder und Trainer des R/WTB zur Verbesserung der Fahrtechnik zur Verfügung.

►LG 26270006

Reiner Rosga, Bernd Baaske

24. – 29.11.2026

Anreise bis 18 Uhr; Rückreise Sonntag morgens

Pitztal, Hotel Möderle

ÜL-C, Tr-C Breitensport

Ü/HP und Liftgebühr ca. 845,-

Genauere Preise bitte im Sommer 2026 erfragen, da die Liftpreise noch nicht bekannt sind.

Ansprechpartner RWTB Schneesport

Reiner Rosga, reiner.rosga@unitybox.de

SCHWIMMEN

Mehrkampf/Schwimmen ÜL-Fortbildung Schwimmen

Anfänger- und Seniorenschwimmen, Kampfrichterfortbildung, Wassergewöhnung. Die Anmeldung erfolgt über das DTB-Gymnet.

Zielgruppe: Übungsleiter, Interessierte.

Voraussetzung: ÜL-Lizenz bei Fortbildung

►LG 26260010

21. – 22.11.2026 / Sa 12.30 – 17.30 Uhr, So 9 – 14 Uhr

Katharina Ahmann, Laura Thien

Ibbenbüren

ohne Ü/V jeweils 15,-

Mehrkampf/Schwimmen

ÜL-Fortbildung und Leistungsschulung Schwimmen Sprungschulung, Schwimm- und Wendentechniken, Tauchen. Im Rahmen der Leistungsschulungen der Jahnkämpfer, Friesenkämpfer und Schwimmfünfkämpfer in Hamm-Bockum-Hövel und Ibbenbüren haben auch Übungsleiter die Möglichkeit sich weiterzubilden (Anerkennung von 8 LE zur ÜL-Lizenzverlängerung). Die Anmeldung erfolgt über das DTB-Gymnet.

Zielgruppe: Übungsleiter, Interessierte.

Voraussetzung: ÜL-Lizenz bei Fortbildung

►LG 26260020

8.2.2026 / So 10 – 17 Uhr

Laura Thien

Hamm Bockum-Hövel

ohne V 15,-

Übungsleiterfortbildung und Leistungsschulung Schwimmen

Sprungschulung, Schwimm- und Wendentechniken, Tauchen. Im Rahmen der Leistungsschulungen der Jahnkämpfer, Friesenkämpfer und Schwimmfünfkämpfer in Hamm-Bockum-Hövel und Ibbenbüren haben auch Übungsleiter die Möglichkeit sich weiterzubilden (Anerkennung von 8 LE zur ÜL-Lizenzverlängerung). Die Anmeldung erfolgt über das

DTB-Gymnet. Zielgruppe: Übungsleiter, Interessierte.

Voraussetzung: ÜL-Lizenz bei Fortbildung

►LG 26260030

3.5.2026 | So 10 – 17 Uhr

Laura Thien

Ibbenbüren

ohne V 15,-

Übungsleiterfortbildung und Leistungsschulung Schwimmen

Sprungschulung, Schwimm- und Wendentechniken, Tauchen. Im Rahmen der Leistungsschulungen der Jahnkämpfer, Friesenkämpfer und Schwimmfünfkämpfer in Hamm-Bockum-Hövel und Ibbenbüren haben auch Übungsleiter die Möglichkeit sich weiterzubilden (Anerkennung von 8 LE zur ÜL-Lizenzverlängerung). Die Anmeldung erfolgt über das DTB-Gymnet.

Zielgruppe: Übungsleiter, Interessierte.

Voraussetzung: ÜL-Lizenz bei Fortbildung

►LG 26260040

27.9.2026 / So 10 – 17 Uhr

Laura Thien

Ibbenbüren

ohne V 15,-



Krombacher

ALKOHOLFREI

0,0%

Turnspiele

Aus- und Fortbildungen

Schulfaustball-Workshops / Seminare / Lehrgänge

Fortbildung ohne Lizenz. Anleitung der Lehrkräfte u.a. zur Einführung des Faustballsports in den Schulbetrieb.

Um unsere Sportart möglichst vielen sportbegeisterten Kindern vorstellen zu können, setzt das TK Faustball seit einigen Jahren auf verstärktes Engagement in Schulen. Um bestehende Vorbildmodelle in weiteren Orten zu etablieren, wird den Verantwortlichen der Faustballabteilungen im Rahmen dieses Lehrgangs eine Einführung in das Thema gegeben. Mit der Einrichtung einer Schulfaustball-Beauftragten im Jahr 2019 wird dieses Thema auch personell in Zukunft stärker betreut werden.

Zielgruppe: Führungskräfte (hier insbesondere Abteilungsleitung).

►LG 26510020

Franziska Hafer (Beauftragte für Schulfaustball), N.N.

Hamm oder die interessierte Schule bietet einen Lehrgangsort an

Der Zeitpunkt wird mit den Teilnehmern direkt vereinbart.

Organisation und Betreuung im Faustball

Ein Lehrgang für alle, die beim Faustball helfen wollen

Fortbildung ohne Lizenz / Ausbildung / Ersteinführung für Helfer und Auffrischung. In unserer Sportart Faustball müssen wir nicht nur aktive Spielerinnen und Spieler ansprechen, sondern auch deren Eltern zum Mitmachen gewinnen. Ihnen muss die Sportart nähergebracht werden und sie müssen mit Aufgaben vertraut werden. Zum Schulungsinhalt gehören daher fünf Themen: a) eine einfache Regelkunde, b) Organisationsstrukturen im Faustball, c) Betreuungsaufgaben, d) Ausrichtung von Spieltagen, e) Filmsequenzen über unsere Sportart.

Zielgruppe: Interessierte /Anfänger.

►LG 26510030

Ludwin Hafer (TK-Vorsitzender), Kevin Braatz Hamm oder Hagen

Der Zeitpunkt wird mit den Teilnehmern direkt vereinbart.

Schiedsrichteraus- und -fortbildung im Faustball

Aus- und -fortbildung im Faustball in den verschiedenen Schiedsrichterstufen C, B und A, vorgesehen sind drei Lehrgänge – regional verteilt.

Die Anzahl der ausgebildeten Schiedsrichter in Westfalen sollte größer sein. Um den Bedarf für den Spielbetrieb zu decken und das Ziel in jeder aktiven Mannschaft mindestens einen ausgebildeten Schiedsrichter zu haben, müssen regelmäßig Aus- und Weiterbildungsangebote im Schiedsrichterwesen angeboten werden. Primär soll der Nachwuchsbereich im B- und C- Schiedsrichterbereich geschaffen werden.

Zielgruppe: Faustball-Interessierte und aktive Faustballspieler.

Voraussetzungen zur Organisation: Schulungsraum / Schulungsmappen / Pinboard Faustball: Darstellung von Spielszenen / Beamer / inkl. Praxissituationen auf dem Spielfeld / Durchführung durch den Landesschiedsrichterwart oder die Schiedsrichterlehrbeauftragten.

►LG 26510010

Stefan Irl, Lehrbeauftragter

Korbball Fortbildung mit und ohne Lizenz

Taktik und Technik im Korbballsport

Technikschulung für Anfänger, Angriffstaktiken und Abwehrtaktiken gegen verschiedene Spielformen. Voraussetzungen: fachbezogene praktische Voraussetzungen

Zielgruppe: Trainer und Übungsleiter mit und ohne Lizenz.

►LG 26530010

22.11.2026 | So 14 – 18 Uhr

Tanja Nedderhof, Lehrteam

Oerlinghausen, Helpup

10,-

Schiedsrichteraus- und -weiterbildung Korbball

Weiterbildung für Schiedsrichter aller Lizenzstufen, Ausbildung ohne Lizenz

Fortbildung in Regelkunde, Regelauslegung, sowie Anwendung in Theorie und Praxis, Fortbildung in Gespannpfeifen, Ausbildung und Abnahme der schriftlichen und praktischen Prüfungen.

Zielgruppe: Anfänger ohne Lizenz, Schiedsrichter mit Lizenz.

Voraussetzung: fachbezogene sportpraktische Kenntnisse, Fortbildung: C-, B- oder A-Lizenz



►LG 26530020

Kathrin von Heiden, Team Schiedsrichterwesen

20.2.2026 | Fr 17.30 – 22.30 Uhr

Lemgo

10,- für Anfänger ohne Lizenz

Schiedsrichteraus- und -weiterbildung Korbball

Weiterbildung für Schiedsrichter aller Lizenzstufen, Ausbildung ohne Lizenz

Fortbildung in Regelkunde, Regelauslegung, sowie Anwendung in Theorie und Praxis, Fortbildung in Gespannpfeifen, Ausbildung und Abnahme der schriftlichen und praktischen Prüfungen

Zielgruppe: Anfänger ohne Lizenz, Schiedsrichter mit Lizenz.

Voraussetzung: fachbezogene sportpraktische Kenntnisse, Fortbildung: C-, B- oder A-Lizenz

►LG 26530030

Kathrin von Heiden, Team Schiedsrichterwesen

13.6.2026 / Sa 9 – 14 Uhr

N.N.

10,- für Anfänger ohne Lizenz

Schiedsrichteraus- und -weiterbildung Korbball

Weiterbildung für Schiedsrichter aller Lizenzstufen, Ausbildung ohne Lizenz

Fortbildung in Regelkunde, Regelauslegung, sowie Anwendung in Theorie und Praxis, Fortbildung in Gespannpfeifen, Ausbildung und Abnahme der schriftlichen und praktischen Prüfungen.

Zielgruppe: Anfänger ohne Lizenz, Schiedsrichter mit Lizenz..





Voraussetzung: fachbezogene sportpraktische Kenntnisse, Fortbildung: C-, B- oder A-Lizenz

► LG 26530040

Kathrin von Heiden, Team Schiedsrichterwesen
20.11.2026 | Fr 17.30 – 22.30 Uhr
Oerlinghausen
10,- für Anfänger ohne Lizenz

VÖLKERBALL

Schiedsrichter Aus- und Fortbildung, C-Lizenz Völkerball

Schiedsrichter-C-Prüfung

Zur C-Schiedsrichterprüfung sind zwei Passfotos erforderlich.

► LG 26570010

Sonja Laube
18.6.2026 Online-Vorbesprechung und Fortbildung
27. oder 28.6.2026 schriftliche Prüfung
10,-

Schiedsrichter Aus- und Fortbildung C-Lizenz Völkerball

Schiedsrichter-C-Prüfung

online Vorbesprechung und gleichzeitig Fortbildung, schriftliche Prüfung. Zur C-Schiedsrichterprüfung sind zwei Passfotos erforderlich.

► LG 26570020

Sonja Laube
8.10.2026 Online-Vorbesprechung und Fortbildung
17. oder 18.10.2026 schriftliche Prüfung
10,-

Schiedsrichter Aus- und Fortbildung B-Lizenz Völkerball

Schiedsrichter-B-Prüfung

Voraussetzung: gültige Schiedsrichter-C-Lizenz.

► LG 26570030

Sonja Laube
2.7.2026 Online-Vorbesprechung und Fortbildung
11. oder 12.7.2026 schriftliche Prüfung
10,-

Schiedsrichter Aus- und Fortbildung B-Lizenz Völkerball

Schiedsrichter-B-Prüfung

Voraussetzung: gültige Schiedsrichter-C-Lizenz.

► LG 26570040

Sonja Laube
3.12.2026 Online-Vorbesprechung und Fortbildung
12. oder 13.12.2026 schriftliche Prüfung
10,-

PRELLBALL

Für das Jahr 2026 sind drei Schiedsrichterlehrgänge im Fachgebiet Prellball geplant.

Nähere Informationen hierzu über Wilfried Schiemer (wilfried.schiemer@web.de)

KORFBALL

Korfball Schiedsrichter-D-Lizenz-Ausbildung

Inhalte der Ausbildung: Einführung in die Rolle des Schiedsrichters, Organisation und Planung, Zeitnehmerschulung, Regelkunde (Interpretation und

Anwendung), Schiedsrichter-Zeichensprache, Konfliktprävention, praktische Ausbildungsinhalte im Sinne von Spielanalysen, zielgerichtete Einführung in die Rolle des Jugendschiedsrichters.

Zielgruppe: Interessierte

Voraussetzung: Vollendung des 15. Lebensjahres bis zum 31.12.2026

► LG 26540010

7 LE

zzgl. Prüfungsspiel i. d. Hallensaison 2025/2026

Jan Weber-Winkels
4.1.2026 / So 10 – 15 Uhr
Castrop-Rauxel, Sporthalle
Neue Gesamtschule Ickern

Korfball Schiedsrichter Fortbildung

Schwerpunkt Seniorenspiele

Inhalte der Fortbildung: Erfahrungsaustausch und Rückblick auf die abgelaufene Hallensaison 2025/26; IKF Regeländerungen Sommer 2026; Absprachen im Schiedsrichter-Duo; technische Unterstützung; Ahndung von Vergehen; Konfliktprävention; Regelkunde; einheitliche Linie; Abweichungen gemäß Staffeltage für die laufende Hallensaison.

Zielgruppe: Schiedsrichter C-Lizenz (oder höher).

Voraussetzung: Schiedsrichter C-Lizenz (oder höher)

► LG 26540030

3 LE

Jan Weber-Winkels
31.12.2026 / Sa 13 – 15.15 Uhr
Castrop-Rauxel, Sporthalle
Neue Gesamtschule Ickern

Korfball Schiedsrichter Fortbildung

Schwerpunkt Seniorenspiele

Inhalte der Fortbildung: Erfahrungsaustausch und Rückblick auf die abgelaufene Hallensaison 2025/26; IKF Regeländerungen Sommer 2026; Regelkunde; Abweichungen gemäß Staffeltage für die laufende Hallensaison.

Zielgruppe: Schiedsrichter C-Lizenz (oder höher).

Voraussetzung: Schiedsrichter D/C-Lizenz)

► LG 26540020

3 LE

Jan Weber-Winkels
31.12.2026 / Sa 10 – 12.15 Uhr
Castrop-Rauxel, Sporthalle
Neue Gesamtschule Ickern





Lizenzverlängerungen – wichtige Informationen

Der Lizenzausweis wurde 2017 durch ein zweiseitiges DOSB-Lizenzdokument ersetzt, welches bei einer Neuausstellung sowie bei jeder Verlängerung neu ausgestellt wird.

Dieses kann vom Westfälischen Turnerbund entweder in ausgedruckter Form zugeschickt oder als PDF-Dokument zugemailt werden. Hierfür ist die Angabe einer gültigen E-Mail-Adresse erforderlich. Weiterhin besteht für alle Lizenzinhaber jederzeit die Möglichkeit, sich das Lizenzdokument selbst im GymNet im persönlichen Login-Bereich unter meine Personendaten im Reiter Lizenzen auszudrucken.

Gültigkeitsdauer der Lizenzen

Die DOSB-Lizenz ist im Gesamtbereich des Deutschen Olympischen Sportbundes gültig. Die Gültigkeit beträgt bei Erstausstellung genau vier Jahre ab Ausstellungsdatum. Folgende Lizenzen müssen durch eine Fortbildung von mindestens 15 Lerneinheiten (LE) innerhalb der Gültigkeit verlängert werden:

- ÜL-C, Tr-C Breitensport, Tr-C Leistungssport
- Tr-B Breitensport
- ÜL-B Sport in der Prävention
- ÜL-B Sport in der Rehabilitation (Ausnahme: Sport in Herzgruppen: zwei Jahre)
- Jugendleiter
- Vereinsmanager-C

Hinweise zur Lizenzverlängerung

- Die Verlängerung erfolgt um 4 Jahre ab dem Fortbildungsdatum.
- Erfolgt die Fortbildung innerhalb der Lizenzgültigkeit, wird die Lizenz, gerechnet ab dem Datum der letzten Fortbildung, um 4 Jahre bis zum Ende des laufenden Quartals verlängert. (Beispiel:

Lizenzwerb 2021; gültig bis 31.12.2024; Fortbildung (15 LE) am 4.2.2024, Verlängerung bis 31.3.2028).

- Lizenzen werden grundsätzlich nur vom Lizenzträger verlängert, der die Lizenzen ausgestellt hat.
- Zur Lizenzverlängerung von WTB-Lizenzen müssen folgende Unterlagen per E-Mail an die WTB-Geschäftsstelle kalus@wtb.de geschickt werden:
 - anerkannte/r Fortbildungsnachweis/e
 - die Kopie des alten Lizenzausweises oder das letzte, aktuelle Lizenzdokument
 - der Ehrenkodex
 - eine unterschriebene Lizenzvereinbarung (einmalig).

Die Lizenzvereinbarung finden Sie zum Download unter <https://www.wtb.de/bildung/lizenzen-regularien/lizenz-wegweiser.html>

Die Zusendung der Lizenzverlängerung als PDF per E-Mail ist kostenfrei.

Für eine Bearbeitung per Post wird zurzeit eine Gebühr von 4,- pro Lizenz erhoben. Postanschrift: Westfälischer Turnerbund e.V., Zum Schloss Oberwerries, 59073 Hamm.

Regelungen zur Lizenzverlängerung bei Online-Fortbildungen

Grundsätzlich gilt für WTB- bzw. RTB-Lizenzen sowie Zertifikate, dass max. 50 % der erforderlichen Lerneinheiten online angerechnet werden können und 50 % der Fortbildungen in Präsenz nachgewiesen werden müssen. Voraussetzung dabei ist es, dass diese Maßnahmen explizit zur Lizenzverlängerung ausgeschrieben sind.

DTB-Akademiezertifikate werden in diesem Fall um zwei Jahre, Lizenzen werden (wie bei reinen Präsenzveranstaltungen), innerhalb der Lizenzgültigkeit gerechnet ab dem Datum der letzten Fortbildung, um vier Jahre bis zum Ende des laufenden Quartals verlängert.

Weitere Informationen und Regelungen finden Sie im WTB-Lizenzwegweiser unter <https://www.wtb.de/bildung/lizenzen-regularien/lizenz-wegweiser.html>.

WTB-Webinare

Anerkannte Onlinemaßnahmen (WTB-Webinare) sind unter <https://wtb.de/bildung/bildungsangebote/webinare.html> chronologisch gelistet. Die jeweiligen Ausschreibungen beinhalten u.a. auch die Information, für welchen Lizenztyp (ÜL-C Breitensport, Tr-C Breitensport bzw. Leistungssport bzw. ÜL-B Sport in der Prävention) sie anerkannt sind.

Die WTB-Webinare werden jeweils mit 4 LE zur Zertifikats- bzw. Lizenzverlängerung angerechnet.

Fortbildung / Weiterbildung zur Lizenzverlängerung

Für die Fortbildung zur Lizenzverlängerung sind folgende inhaltlichen Anforderungen festgelegt:

- ÜL-C und Tr-C Breitensport können ihre Fortbildung entsprechend ihren Interessen und Möglichkeiten wählen.
- Die Fortbildung für Tr-C Leistungssport ist fachspezifisch und in der jeweiligen Sportart wahrzunehmen.
- ÜL-B Sport in der Prävention und Sport in der Rehabilitation müssen je nach Ausbildungsprofil dazu anerkannte, fachspezifische Fortbildungen nachweisen.
- Tr-B Breitensport müssen 8 LE profilspezifischer Fortbildung und 8 LE Fortbildung im Profil der 1. Lizenzstufe nachweisen.
- Es gilt der Grundsatz: Mit der Verlängerung der Gültigkeitsdauer für eine Lizenzstufe werden die darunterliegenden Lizenzstufen für den jeweiligen Zeitraum ihrer Gültigkeitsdauer mitverlängert.

Verlängerung ungültig gewordener Lizenzen

Bei Überschreiten der Gültigkeitsdauer von Lizenzen gilt folgendes Verfahren:

Fortbildung im 1. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit

Die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung im Umfang von 15 LE um weitere vier Jahre, gerechnet von der letzten Gültigkeit an, verlängert, d.h. die Lizenzverlängerung erfolgt ab dem Zeitpunkt des Ablaufes der Lizenz.

www.pluspunkt-gesundheit.de

BEREIT FÜR WAS NEUES?



**Pluspunkt
Gesundheit**
DEUTSCHER TURNER-BUND

Im Fokus:

- ⊗ dein Gesundheitsangebot
- ⊗ die Kompetenz deiner Übungsleiter*innen
- ⊗ neue Teilnehmer*innen

Informiere dich jetzt über das Qualitätssiegel für Gesundheitsangebote unter www.pluspunkt-gesundheit.de.

Foto: freepik

Fortbildung ab dem 2. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit

Die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung im Umfang von 30 LE um weitere vier Jahre, gerechnet von der letzten Gültigkeit an, verlängert, d.h. die Lizenzverlängerung erfolgt ab dem Zeitpunkt des Ablaufes der Lizenz.

Überschreiten der Gültigkeitsdauer ab drei Jahre

Die Gültigkeitsdauer wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Wiedereinsteiger-Ausbildung im Umfang von 45 LE, ab dem Fortbildungsende, um weitere vier Jahre verlängert. Weitere Einzelfallregelungen sind auf Antrag in der WTB-Geschäftsstelle möglich. Alternativ ist die Möglichkeit der Wiederholung der gesamten Ausbildung im Einzelfall zu prüfen.

Lizenzentzug

Der WTB als vom DTB beauftragter Ausbildungsträger hat das Recht, Lizenzen zu entziehen, wenn der Lizenzinhaber schwerwiegend gegen den Ehrenkodex oder die Satzung des Verbandes verstößt.

Anerkennung von Lizenzverlängerungsmaßnahmen

- Lizenzen sind maximal vier Jahre lang gültig und müssen durch eine anerkannte Fortbildung mit thematischem Zusammenhang von mindestens 15 LE innerhalb der Gültigkeit verlängert werden.
- Die Anerkennung einer Fortbildung als Lizenzverlängerungsmaßnahme durch den Westfälischen Turnerbund e.V. ist abhängig vom Anbieter der Fortbildung und vom jeweiligen Lizenztyp.
- Die Fortbildungen müssen grundsätzlich immer auch vom jeweiligen Anbieter als anerkannte Lizenzverlängerung ausgeschrieben bzw. gekennzeichnet sein.
- Im jährlichen WTB-Bildungsprogramm ist anhand eines Schlüssels bei den ausgeschrieben Lehrgangsmaßnahmen in der Rubrik Lizenzverlängerung kenntlich gemacht, für welchen Lizenztyp die Maßnahme zur Verlängerung anerkannt ist.

Fortbildungen anderer Fachverbände werden nicht zur Lizenzverlängerung von WTB-Lizenzen anerkannt. Es besteht die Möglichkeit, auf Antrag eine

Ausnahmeregelung zu erhalten, sofern die Maßnahme für das zu verlängernde Lizenzprofil in einem fachlichen oder zielgruppenspezifischen Zusammenhang steht. Hier empfehlen wir die rechtzeitige Kontaktaufnahme mit der WTB-Geschäftsstelle vor Maßnahmenbuchung.

**Lizenztypen**

Lizenztyp	Kennz.	anerkannte Anbieter von Verlängerungsmaßnahmen
Übungsleiter-C <i>zielgruppenspezifisch</i>	ÜL-C	DTB, WTB, Turngaue/-verbände, DTB-Akademie, Landesturnverbände, Landessportbund NRW (LSB) / Kreis- und Stadtsportbund (KSB/SSB)
Trainer-C Breitensport <i>sportartsspezifisch ehemalige F-ÜL Lizenzen</i>	Tr-C B	DTB, WTB, Turngaue/-verbände, DTB-Akademie, Landesturnverbände
Trainer-C Leistungs-sport <i>sportartsspezifisch</i>	Tr-C L	DTB, WTB, Turngaue/-verbände, DTB-Akademie, Landesturnverbände
Übungsleiter-B Sport in der Prävention <i>ehemalige ÜL-P Lizenzen</i>	ÜL-B	DTB, WTB, DTB-Akademie, Landesturnverbände, LSB NRW
Übungsleiter-B Sport in der Rehabilitation <i>BRSNW alle Profile</i>	ÜL-B Reha	WTB, BRSNW (Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen, LSB NRW)
Trainer-B <i>sportartsspezifischer Breitensport</i>	Tr-B	DTB, WTB, DTB-Akademie, Landesturnverbände
Jugendleiter	JL	DTB, WTB, Landesturnverbände, LSB
Vereinsmanager	VM	DTB, WTB, Landesturnverbände, LSB

Informationen zur DTB-Akademie

Die DTB-Akademie ist eine Bildungseinrichtung des Deutschen Turner-Bundes mit seinen Landesturnverbänden. Im Rahmen der DTB-Akademie werden Aus- und Fortbildungen für ÜL, Trainer und Bewegungsfachkräfte auf höchstem Qualitätsniveau angeboten. Insbesondere werden durch die DTB-Akademie neue, aktuelle Felder der Aus-, Fort- und Weiterbildung bearbeitet und besetzt. Ebenso bietet die DTB-Akademie für ausgesuchte Berufs- und Zielgruppen die Möglichkeit der individuellen Weiterbildung bis hin zu berufsqualifizierenden Angebotsformen.

Lehrgänge der DTB-Akademie sind gekennzeichnet. Für die Zulassung bestehen teilweise spezielle Eingangsvoraussetzungen, die unbedingt der Anmeldung beizufügen sind. Das DTB-Akademieprogramm 2026 gibt es zum Download unter www.wtb.de -> Bildung -> DTB-Akademieprogramm, www.dtb-akademie.de oder kann in der WTB-Geschäftsstelle angefordert werden

Regelungen zur Verlängerung von Zertifikaten

DTB-Akademiezertifikate haben eine Gültigkeit von zwei Jahren. Für die Verlängerung sind 8 Lerneinheiten anerkannter Fortbildung innerhalb der letzten zwei Jahre nachzuweisen. Die Fortbildung muss im Vorjahr oder im Ablaufjahr der Gültigkeit geleistet werden. Verlängert werden sie bei der DTB-Akademie, bei der die Ausbildung absolviert wurde. Folgende Akademie-Zertifikate müssen verlängert werden: DTB-Aqua-Trainer | DTB-Fitnesstrainer Studio | DTB-Trainer Geräte Fitness und Master-Abschlüsse | DTB-Rückentrainer | DTB-Trainer Dance | DTB-Trainer Gesundheits-sport | DTB-Trainer Group Fitness, DTB-Aerobic Trainer, DTB-Step-Trainer und Master-Abschlüsse | DTB-Trainer Pilates | DTB-Trainer Wellness und Gesundheit | DTB-Yogalehrer (200+/500+ Stunden) | Rückenschullehrer

Wie verlängere ich mein DTB-Akademie-Zertifikat?

Die Verlängerung erfolgt schriftlich auf Antrag. Der Antrag kann per E-Mail gestellt werden wird an das Akademie-Zentrum gestellt, das auch das Zertifikat ausgestellt hat. Nach Prüfung des Antrages erhält der Antragsteller ein Zertifikat mit neuer Gültigkeitsdauer.

Es muss nur das höherwertige Zertifikat verlängert werden. Wenn z.B. der DTB-Master-Trainer GroupFitness zur Verlängerung ansteht, muss nicht zusätzlich das Zertifikat DTB-Trainer GroupFitness verlängert werden. Einzuzureichen ist eine Kopie des abgelaufenen Zertifikats und Kopie(n) der Fortbildungsmaßnahme(n).

Anerkennung von Maßnahmen

Zur Verlängerung muss eine von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahme eingereicht werden. Hierzu zählen Aus-, Fort- und Weiterbildungen aus dem Programm der DTB-Akademie, Workshops der DTB-Akademie und der Partner (DTB-Akademien Baden, Hessen, Koblenz, NRW (Bergisch Gladbach), NRW (Hamm), Rheinhessen, Saarbrücken, Sachsen, Schwaben, Niedersächsischer Turnerbund, VTF-Bildungswerk Hamburg).

Kongresse und Conventions der DTB-Akademie und der zugehörigen Partner werden ebenfalls zu 100% anerkannt. Weiter werden Workshops, Kongresse und Conventions der Landesturnverbände zu 50% anerkannt, die restlichen 50 % (d.h. 4 von 8 LE) müssen aus einer Akademie-Maßnahme stammen.

Bis zu 50 % der benötigten Lerneinheiten können aus Online-Angeboten stammen, sofern es sich um von der DTB-Akademie anerkannte Maßnahmen handelt. Sie können die Zertifikatsverlängerung beantragen, sobald Sie Ihre Fortbildung absolviert haben und müssen nicht bis Ende der Gültigkeit warten.

**Moderne IT-Lösungen für den Mittelstand**

Leistungsstarke Hardware, individuelle Software- und vollumfängliche ERP-Lösungen für den Mittelstand – all das bieten wir aus einer Hand.

Als erfahrener IT-Partner können wir ein breites Spektrum individueller Lösungen realisieren.



Kreativ und innovativ stellen wir uns gerne auch neuen Herausforderungen. Dabei arbeiten wir ausschließlich kundenorientiert und bieten maßgeschneiderte Hard- und Software an.

blue IT Systemhaus GmbH - ein verlässlicher Partner

Wir bieten Ihnen:

- persönliche Betreuung
- Netzwerk- und Servertechnik
- Telefonanlagen / VoIP
- Lokale- und Cloudlösungen
- Softwareentwicklung
- Sonderkonditionen für gemeinnützige Organisationen

Unser Anmeldeverfahren

Das Gymnet

Das Gymnet ist das Online-Anmelde- und Verwaltungstool des WTB. Bitte helfen Sie mit, dass uns immer Ihre aktuellen Daten vorliegen, damit unsere Informationen Sie auch erreichen. Änderungen können Sie selber vornehmen. Bitte beachten Sie, dass sich die Änderungen der E-Mail-Adresse in den Personenstammdaten nicht auf die E-Mail-Adresse Ihres Gymnet-Logins auswirken. Bei allen Buchungen im Gymnet wird stets die E-Mail-Adresse Ihres Gymnet-Logins als Kontaktadresse z.B. für den Versand der Buchungsübersichten genutzt. Unter dem Reiter *Gymnet Login* können Sie Ihre Login-E-Mail-Adresse jederzeit ändern.

Schriftliche Anmeldungen

Für schriftliche Anmeldungen verwenden Sie bitte das Anmeldeformular auf Seite 114. Mit der Unterschrift erkennt der Anmeldende die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Westfälischen Turnerbundes an.



Online-Anmeldung leicht gemacht!

Einzelanmelder

1. www.wtb.de aufrufen
2. Menüpunkt Bildung auswählen
3. Lehrgangsanmeldung online – GYMNET anklicken
4. Sie werden weitergeleitet auf www.events.dtb-Gymnet.de
5. im Suchfeld *Stichwort/Eventnr.* die Lehrgangsnr. eingeben
6. Sie sehen die Lehrgangsbeschreibung – nun den roten Button *buchen* klicken
7. *Teilnehmerbeitrag* anklicken
8. weitere gewünschte Leistungen buchen, wenn vorhanden
9. roten Button *weiter* klicken
10. *Login* mit eigenem Gymnet-Login (Benutzername und Passwort)
11. verfügen Sie noch nicht über ein Gymnet-Login, klicken Sie auf *Neuanmeldung*
12. überprüfen Sie Rechnungsadresse und Bestellübersicht
13. wählen Sie ein Konto aus (falls hinterlegt) oder geben Sie eine Kontoverbindung an, für die Sie berechtigt sind, SEPA-Lastschriftmandate auszustellen
14. erteilen Sie das SEPA-Mandat und akzeptieren Sie die AGB
15. Sie haben jetzt die Möglichkeit, eine Nachricht an den Ausrichter zu hinterlassen
16. roten Button *Zur Kasse* klicken
17. Sie können nun noch einmal Ihre Angaben überprüfen
18. schließen Sie Ihre Buchung mit dem Button *kostenpflichtig bestellen* ab
19. nun können Sie sich ausloggen oder weitere Anmeldungen vornehmen

Vereinsmelder

Schritt 1. – 5. wie Einzelanmelder

6. Sie sehen die Lehrgangsbeschreibung – nun den grauen Button *Vereinsmeldung* klicken
7. Vereinsadmin-Login-Daten eingeben
8. grünen Schlüssel unter Verein anklicken
9. aus der Mitgliederliste die gewünschten Teilnehmer auswählen
10. Seminare auswählen und *anmelden* klicken
11. die ausgewählten Teilnehmer nacheinander durch Anklicken anmelden, in das Seminar einbuchen und den *Teilnehmerbeitrag* auswählen
12. so fortfahren, bis alle Teilnehmer in das Seminar eingebucht sind
13. auf Button *Zur Kasse* klicken
14. überprüfen Sie Rechnungsadresse und gebuchte Leistungen

Weiter bei Schritt 13. unter Einzelanmelder

Sie erhalten direkt eine Buchungsübersicht per E-Mail an Ihre Gymnet-Login-Adresse. Wichtig: Bitte auch im Spam-Ordner nachschauen, die Absenderadresse lautet wtb@wtb.de. Sollte innerhalb von 24 Stunden keine E-Mail eingegangen sein, wenden Sie sich an die WTB-Geschäftsstelle (02388 300000 oder wtb@wtb.de).

Die GYMCARD/DTB-ID

Ca. 20.000 Turnvereine in ganz Deutschland, ca. 100.000 Übungsleiter, mehrere Hunderttausend ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter, ca. 5 Millionen Mitglieder – das ist die starke Gemeinschaft im Deutschen Turner-Bund (DTB) und seinen Landesturnverbänden.

Die GYM CARD ist der Mitgliedsausweis für Übungsleiter, Vorstandsmitglieder, ehren- oder hauptamtlich Tätige und Mitgliedern von Turnvereinen, -abteilungen sowie -gruppen und bietet allen Inhabern in Form von Preisvorteilen und Expertenwissen einen Mehrwert im Verein. Mehr Infos zur GYM CARD und Online-Beartragung unter <https://www.dtb.de/gymcard/>

DTB-ID

Die lebenslang gültige DTB-ID muss von den Vereinsmitgliedern, den Wettkämpfern bzw. bei Kindern und Jugendlichen von deren Personensorgeberechtigten persönlich beantragt werden. Sie ermöglicht die Teilnahme am Wettkampfsystem des DTB von der Bundes-, der Landesebene bis zur Turngauebene.

Dafür ist es erforderlich, dass sich jeder mit einer gültigen E-Mail-Adresse und den persönlichen Daten (Vorname, Name, Geburtsdatum) im TURNPORTAL registriert. Nach erfolgreicher Registrierung kann jede Person bzw. können die Personensorgeberechtigten die DTB-ID beantragen. Dafür ist eine Bankverbindung (IBAN) zur Zahlung der einmaligen Gebühr in Höhe von 20,- im Lastschriftverfahren anzugeben. Mit der Registrierung können die Wettkämpfer bereits ihre Vereinszugehörigkeit angeben. Für Personen unter 16 Jahren ist zudem ein aktuelles Portraitfoto hochzuladen. Mehr Info und Anleitung zur Beantragung unter <https://www.dtb.de/passwesen/dtb-id>.

Gemeinsame Vorteile für GYM CARD- oder DTB-ID-Inhaber

Als Besitzer einer GYM CARD oder DTB-ID genießen Sie zahlreiche Vorteile wie z.B. Rabatte auf Tickets zu Spitzensportveranstaltungen und dem Feuerwerk der Turnkunst sowie Vorteile bei der Buchung von Angeboten der DTB-Akademie. Es gibt attraktive Konditionen bei der Anmeldung zum Turnfest 2025 in Leipzig

Info: WTB-Geschäftsstelle Finja Meininghaus, Tel. 02388 3000026, meininghaus@wtb.de

Gebühren

Bei allen Qualifizierungsmaßnahmen des Westfälischen Turnerbundes werden zwei unterschiedliche Preise erhoben.

- **Gymcard-Preis / DTB-ID** wird gewährt, wenn die Gymcard bzw. DTB-ID bei der Anmeldung bereits im System hinterlegt ist
- **Regulärer Preis** für alle interessierten Personen, Institutionen ohne Gymcard bzw. DTB-ID

Ausnahme

Für alle Lizenzbildungen des Westfälischen Turnerbundes werden zwei Preise ausgewiesen (ohne Gymcard bzw. DTB-ID):

• WTB-Mitglieder Preis

Dieser gilt für alle, deren Anmeldung durch einen WTB-Verein befürwortet wurde (dies gilt auch für Turnvereine des Rheinischen Turnerbundes).

• Regulärer Preis

Dieser gilt für alle, deren Anmeldung durch einen nicht dem WTB angehörigen Sportverein befürwortet wurde.

Online ist günstiger

Für die Bearbeitung schriftlicher Anmeldungen wird eine Bearbeitungsgebühr von 5,- pro zu erfassendem Teilnehmer erhoben.

Frühbucherrabatt (FB) – früh entscheiden und Geld sparen!

Für fast alle Fortbildungslehrgänge aus dem Bereich der GYM WELT wird bis zum 28.2.2026 ein attraktiver Frühbucherrabatt gewährt. Der Frühbucherrabatt (FB) wird bei den entsprechenden Maßnahmen gesondert ausgewiesen. Die Höhe des Rabatts ist unterschiedlich und richtet sich nach dem zeitlichen Umfang der Maßnahme.

Folgende Rabatte werden eingeräumt:

FB bis 8 LE = 5,-

FB 15 – 20 LE = 10,-

FB mehr als 20 LE = 15,-





Glossar

Januar						
8. – 9.11.25	Ausbildung	Basisqualifizierung ÜL-C, Tr-C	ÜL-C, Tr-C B, Tr-C L	Paderborn	25302101	12
5. – 7.12.25	Ausbildung	Tr-C-Ausbildung Natursport Winter	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	25270009	90
9. – 30.1.	Ausbildung	Anerkennungsmodul Basisqualifizierung	ohne	online	26641016	76
16. – 18.1.	Turnen	Tr-C-Ausbildung GT w/m	ohne	Oberwerries	26400111	86
16. – 18.1.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Kursleiter Yoga Stufe 5 Supervision	ohne	Oberwerries	25914095	51
17. – 18.1.	Ausbildung	ÜL-C-Ausbildung Allround Fitness	ÜL-C, Tr-C B	Paderborn	26302011	16
17. – 18.1.	Turnen	Kampfrichterfortbildung GT w – Lizenzart B	ohne	Oberwerries	26420210	87
17. – 18.1.	Turnen	Kampfrichteraus- und -fortbildung Rhönradturnen, Sprung	ohne	N.N.	26450010	88
23.1.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Pilates – Entwickle körperliche und mentale Stärke!	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	25914110	56
24. – 25.1.	Turnen	Kampfrichterausbildung Rhönradturnen, Spirale	ohne	N.N.	26450020	88
24. – 25.1.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Trainer Pilates Stufe V Supervision	ohne	Oberwerries	25914105	47
24. – 25.1.	Ausbildung	Basisqualifizierung ÜL-C, Tr-C	ÜL-C, Tr-C B, Tr-C L	Bochum	26302021	12
30.1. – 1.2.	Gesundheitssport	DTB-Rückexperte Aufbau modul 1 Becken/Hüfte	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912011	45
31.1. – 1.2.	Bewegt älter werden	Bewegungsexperte im Alterungsprozess Antara Age – Grundlagen	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912021	66

Februar

1.2.	Webinar	Alles Gute für Kiefer/Nacken/Schulter Special	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926010	69
6. – 8.2.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Yogalehrer Mastermodul Supervision Psychologie & Philosophie	ohne	Oberwerries	26914010	54
7. – 8.2.	Ausbildung	Basisqualifizierung ÜL-, Tr-C	ohne	Oberwerries	26611002	76
7.2.	Aerobicturnen	Kampfrichterfortbildung	ohne	Greven / Münster	26480010	88
7.2.	Kinderturnen	Kreativer Kindertanz – Mit Freude in Bewegung!	ÜL-C	Drörschede	26620231	81
7.2.	Vereinsmanagement	Tag der Vereinsführungs Kräfte	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26916000	70
7.2.	Schneesport	Familienskitag 2026	ÜL-C, Tr-C B	Skihalle Bottrop	26270003	91
7. – 8.2.	Ausbildung	Tr-C-Ausbildung Fitness & Gesundheit	ÜL-C, Tr-C B	Bochum	26301031	17
8.2.	Kinderturnen	Kinderturnen – Fit & Smart 4 Kids	ÜL-C	Drörschede	26620232	82
14. – 15.2.	Fitness/Aerobic/ Functional Training	Drums Alive Instructor Weekend – News and Updates	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26911010	20
16.2.	Ausbildung	Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild	ohne	online	26302040	13
20. – 22.2.	Turnen	DTB-Basischein Trampolinturnen I	ÜL-C, Tr-C L	Oberwerries	26440010	86
20. – 22.2.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 3, Pranayama	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	25914043	53
21. – 22.2.	Ausbildung	ÜL-C-Ausbildung Kinderturnen	ohne	Oberwerries	26601001	76
21.2.	Tanz/Choreografie	Impulse für Bewegung – Dein Weg zur Choreografie	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26210020	61
21.2.	Webinar	Schlank, stark und gesund – Protein richtig einsetzen	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	online	26926020	69
27.2.	Tanz/Choreografie	80s Aerobic	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26923010	61
28.2. – 1.3.	Tanz/Choreografie	4STREATZ-Instructor Ausbildung	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26923020	61
28.2.	Bewegt älter werden	Stabil & Smart – Bewegung mit Köpfchen im Seniorensport	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Plettenberg	26933030	63

März

4.3.	Vereinsmanagement	Ehrenamtlichen Nachwuchs gewinnen – Gespräche richtig führen	ohne	online	26916060	69
5.3.	Vereinsmanagement	Erfolge erfolgreich platzieren	ohne	online	26916010	69
6. – 30.3.	Kinderturnen	Zertifikat Kinderturnen (online-Modul)	ohne	online	26621103	74
6.3.	Gesundheitssport	Wirbelsäule im Fokus – Schulter/Nacken	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26912040	28
6.3.	Webinar	Rückenschmerzen ade: Mit Haltung zu mehr Lebensqualität	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926030	69
6. – 8.3.	Turnen	DTB-Basischein Trampolinturnen II	ÜL-C, Tr-C L	Oberwerries	26440020	86
7. – 8.3.	Gesundheitssport	Qi Gong & Taiji Quan zum Kennenlernen	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912030	28
7.3.	Gesundheitssport	Wirbelsäule im Focus – unterer Rücken	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26912050	29
8.3.	Fitness/Aerobic/ Functional Training	Bauch Beine Po Plus (BBP Plus)	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26911020	20
8.3.	Gesundheitssport	Koordination gezielt fördern	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Bielefeld	26936020	29

9. – 11.3.	Bewegt älter werden	Fitness – und Entspannung ab 50 für Sie und Ihn	ÜL-C	Oberwerries	26210010	63
11.3.	Webinar	Praxisworkshop Stuhlgymnastik	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926040	69
12.3.	Vereinsmanagement	Zukunft beginnt jetzt – Megatrends im Sportverein verstehen und nutzen	ohne	online	26916020	71
14.3.	Gesundheitssport	Entdecke deinen Beckenboden – Sensibilisierung für den eigenen Körper	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Warstein	26939010	29
20.3.	Webinar	Körperliche Beschwerden und Fehlhaltung in Yogatraining	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	online	26926230	69
20. – 22.3.	Kinderturnen	Viefalt erleben – Inklusion im Kinderturnen	ÜL-C	Oberwerries	26621021	77
20. – 22.3.	Bewegt älter werden	DTB-Kursleiter Sturzprävention	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912060	65
21. – 22.3.	Gesundheitssport	Co-Trainer Fitness & Gesundheit	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26302050	13
21. – 22.3.	Fitness/Aerobic/Functional Training	Step-Aerobic von der Pike an	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26921010	20
21. – 22.3.	Turnen	Aus- und Fortbildung Landeskampfrichter C Trampolinturnen	ohne	Münster	26440040	88
21.3.	Bewegt älter werden	Flott und fit bis ins Alter – Ideen für ein altersgerechtes Training	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Dortmund	26932010	65
21.3.	Gesundheitssport	Core-Training – Tiefenmuskulatur, Haltung & Balance	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Iserlohn	26935010	30
27. – 30.3.	Ausbildung	Übungsleiter-Assistenten Grundmodul	ohne	Oberwerries	26631011	74
28. – 29.3.	Gesundheitssport	DTB-Rückexperte Coaching und Lernerfolgskontrolle	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912013	45
April						
4. – 11.4.	Schneesport	Schneesport Fortbildung 2 (2025/2026)	ÜL-C, Tr-C B	Stubaier Gletscher	26270004	92
9. – 12.4.	Ausbildung	Übungsleiter-Assistenten Aufbauomodul	ohne	Oberwerries	26631012	74
10. – 12.4.	Ausbildung	Basisqualifizierung ÜL-C, Tr-C	ÜL-C, Tr-C B, Tr-C L	Oberwerries	26302060	12
14. – 15.4.	Schulsport	Lehrerfortbildung im Turnen Teil 1	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26691041	83
17. – 19.4.	Fitness/Aerobic/Functional Training	DTB-Kursleiter flowing AthletiX – Yoga meets Athletics	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26911030	21
17. – 19.4.	Gesundheitssport	DTB-Kursleiter Walking & Nordic-Walking	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912070	30
18. – 19.4.	Fitness/Aerobic/Functional Training	BIG UPDATE – Latino & Aerobic meets Bodyweight- & Rückentraining	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26921020	22
18.4.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Body & Mind – Me Time	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Detmold	26934010	57
19.4.	Gesundheitssport	Stretch & Mobility – Beweglichkeit erleben	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Münster	26937010	31
21. – 22.4.	Schulsport	Lehrerfortbildung im Turnen Teil 2	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26691042	83
22.4.	Webinar	Ernährung und Entzündung	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926050	69
24. – 26.4.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs IV Supervision	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	25914044	53
24.4.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Wand Pilates	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26914020	57
24.4.	Webinar	PilaMix	ÜL-C, Tr-C B	online	26926060	69
25. – 26.4.	Gesundheitssport	DTB-Kursleiter Gleichgewicht und Stabilisation	ÜL-C, Tr-C L, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912080	31
25.4.	Pilates/Yoga/Body&Mind	TriloChi – ganzheitlich & gesundheitsorientiert	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Bochum	26931010	57
25.4.	Fitness/Aerobic/Functional Training	Fit Balance Mix – der Booster	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Lüdenscheid	26933010	22
26.4.	Fitness/Aerobic/Functional Training/Outdoor	Outdoorfitness – gesundes Training draußen	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Lüdenscheid	26933020	22
27. – 30.4.	Ausbildung	ÜL-B Sport in der Rehabilitation Orthopädie (Block 30)	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	263003 BRSNW	19
30.4. – 3.5.	Gesundheitssport	Neuro-Instructor	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912090	32
Mai						
1.5.	Gesundheitssport	Stretching Praxistag – Techniktraining und Übungsideen	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26912100	32
1. – 3.5.	Bewegt älter werden	Bewegungsexperte im Alterungsprozess – Antara Age Teil 1	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912022	66
4.5.	Gesundheitssport	Atmung im Gesundheitstraining	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912110	33
8.5.	Gesundheitssport	Gut zu Fuß – Die Basis für einen schmerzfreien Bewegungsapparat	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912120	33
8.5.	Webinar	Tabata-Workout mit Senioren	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	online	26926070	69
9. – 10.5.	Gesundheitssport	Meditation und Achtsamkeit: Gelassenheit finden	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912130	33
9. – 10.5.	Pilates/Yoga/Body&Mind	TriloChi und Chi Yoga	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26924010	58
12.5.	Webinar	Ehrenamt und Ausgebrannt?	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926080	69
14.5.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Yin Yoga – Die Kunst des Loslassens	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26914030	58
14. – 17.5.	Gesundheitssport	DTB-Kursleiter Faszi Teil I und II kompakt	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26912140	34
15. – 17.5.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Yogalehrer Mastermodul Supervision Psychologie + Philosophie	ohne	Oberwerries	26914040	54
26. – 28.5.	Gesundheitssport	DTB-Kursleiter Osteoporose-Prävention	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912150	35
27. – 29.5.	Ausbildung	ÜL-C-Ausbildung Breitensport für Menschen mit Behinderung	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	262022 BRSNW	19
29.5.	Gesundheitssport	Beckenboden – Update Männer	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912160	35
29. – 31.5.	Gesundheitssport	DTB-Kursleiter Beckenboden	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912170	35
30. – 31.5.	Gesundheitssport	Smart Fatburn – mit Ernährung und Training ans Ziel	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26922010	36
Juni						
12. – 13.6.	Fitness/Aerobic/Functional Training	4xF Instructor Functional Training Basic	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26911040	25
13.6.	Webinar	Wirbelsäulengymnastik im Fokus – Hüfte und Iliosakral-Gelenk (ISG)	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926120	69
13.6.	Webinar	Wirbelsäulengymnastik im Fokus – Streckerketten	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926130	69
14.6.	Fitness/Aerobic/Functional Training	4xF Instructor Mobility	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26911050	26
14.6.	Gesundheitssport	Neurozentriertes Training oder Neuroathletik – mehr als nur ein neuer Trend	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Siegen	26930010	36
15.6.	Webinar	Stress dich nicht! - Gelassenheit beginnt im Kopf	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926090	69

15. – 18.6.	Ausbildung	ÜL-B Sport in der Rehabilitation Innere Medizin Ausbildung (Block 40)	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	264002 BRSNW	19
19. – 21.6.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 1 – Yoga Adjustments	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26914051	52
19. – 21.6.	Gesundheitssport	Stretching-Instructor	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26912180	36
20.6.	Turnen	Airtrack – Einsatz und Trainingsmöglichkeiten	Tr-C GT, F-ÜL-GT, Tr-C Tramp.	Oberwerries	26400611	87
20.6.	Gesundheitssport	Deep Stretching – Mehr Beweglichkeit, weniger Schmerzen	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Bochum	26931020	37
23.6.	Verinsmanagement	Haftung im Sportverein – rechtliche Grundlagen und Versicherungsschutz	ohne	online	26916030	71
26.6.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Pilates – Das Spiel mit Tempo und Rhythmus	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26914060	58
26.6.	Gesundheitssport / Kinder	Mütter in stressigen Zeiten stärken	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26915010	82
27. – 28.6.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Trainer Pilates Advanced – Modul 3 Hüftgelenk & Faszien	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26914070	48
27. – 28.6.	Gesundheitssport	Co-Trainer Fitness & Gesundheit	ÜL-C, Tr-C B	Plettenberg	26302070	13
27. – 28.6.	Gesundheitssport / Kinder	Babys in Bewegung Teil I	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26915021	78
27. – 28.6.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Qi Gong – Ruhe in Bewegung	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26924020	59
27.6.	Webinar	Schluss mit Geierhals – Aufrecht durch den Alltag	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926100	69
29.6.	Ausbildung	Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild	ohne	online	26302080	13

Juli

1. – 3.7.	Ausbildung	ÜL-B Sport in der Rehabilitation Innere Medizin Ausbildung (Block 40)	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	264002 BRSNW	19
3. – 5.7.	Gesundheitssport	DTB-Rückentrainer	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912220	44
4. – 5.7.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Breathwork – Sessions mit Pilates und Yoga	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26924030	59
4.7.	Webinar	Salsa Aerobic	ÜL-C, Tr-C B	online	26926110	69
10. – 12.7.	Gesundheitssport	DTB-Kursleiter Entspannungstechniken	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912200	37
11.7.	Fitness/Aerobic/Functional Training/Outdoor	4XF Screens & Correct Exercises	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26911051	27
12.7.	Fitness/Aerobic/Functional Training/Outdoor	4XF Instructor Kettlebell-Training	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26911052	27
17.7.	Tanz/Choreografie	Dance around the World	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26913010	61
18. – 19.7.	Fitness/Aerobic/Functional Training	Barre Workout-Instructor	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26911060	22
18. – 19.7.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Yoga- und Pilates-Convention	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26924040	
20. – 26.7.	Ausbildung	Tr-C-Ausbildung Gymnastik/Rhythmus/Tanz	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26302091	16
27. – 29.7.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Yogalehrer Mastermodul Block Anatomie Medizinische Grundlagen I	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26914081	55
27. – 29.7.	Ausbildung	ÜL-B Sport in der Rehabilitation Innere Medizin Ausbildung (Block 40)	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	264002 BRSNW	19
29. – 31.7.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Yogalehrer Mastermodul Block Anatomie Medizinische Grundlagen II	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26914082	55
31.7. – 2.8.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Yogalehrer Mastermodul Block Anatomie Medizinische Grundlagen III	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26914083	55

August

14. – 16.8.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Yogalehrer – Mastermodule Supervisionen & Abschlussprüfung	ohne	Oberwerries	26914090	56
25.8.	Webinar	Die Wirbelsäule im Yoga – Yogaanatomie	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926140	69

September

4. – 6.9.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Kursleiter Yoga Stufe 1	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26914101	49
4. – 6.9.	Turnen	Tr-C-Fortbildung Trampolinturnen	Tr-C Tramp	N.N.	26440030	87
6.9.	Gesundheitssport	Strong Back – starker und gesunder Rücken	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Ahaus	26937020	38
7. – 11.9.	Gruppenangebote	Seniorensporthwoche	ohne	Oberwerries	26925020	68
11.9.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Neuro-Yoga	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26914110	59
11. – 13.9.	Tanz/Choreografie	DTB-Kursleiter Dancefitness im besten Alter	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26913020	67
12. – 13.9.	Pilates/Yoga/Body&Mind	Yogalehrer Mastermodul Supervision Block Anatomie	ohne	Oberwerries	26914120	55
12. – 13.9.	Fitness/Aerobic/Functional Training	The Art of Aerobic	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26921030	23
12.9.	Gesundheitssport	Rückengesundheit – Muskeln und Faszien im Einklang	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Bielefeld	26936010	38
15.9.	Verinsmanagement	Bezahlte Mitarbeit im Sportverein	ohne	online	26916040	71
18. – 20.9.	Ausbildung	Tr-C-Assistentenausbildung	ohne	Oberwerries	26400411	86
19. – 20.9.	Ausbildung	Basisqualifizierung ÜL-C, Tr-C	ÜL-C, Tr-C B, Tr-C L	Oberwerries	26302100	12
19. – 20.9.	Fitness/Aerobic/Functional Training	Drums Alive Instructor	ÜL-C, Tr-C B	Höxter, Petrihalle	26911070	23
22.9.	Verinsmanagement	KI als Entlastung im Vereinsalltag – weniger Büro & mehr Verein	ohne	online	26916050	71
26.9.	Gesundheitssport	Ein Wohlfühlprogramm für Rücken und Hüfte	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Geseke	26938010	38
27.9.	Webinar	Füße - das wichtige Fundament	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926150	69
29. – 30.9.	Schulsport	Lehrerfortbildung im Turnen Teil 1	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26691043	83
30.9.	Webinar	Was ist der beste Sport um abzunehmen?	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	online	26926160	69

Oktober

1.10.	Webinar	Basic Aerobic	ÜL-C, Tr-C B	online	26926180	69
2. – 4.10.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Trainer Pilates Stufe 1	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26914131	46
2. – 4.10.	Ausbildung	ÜL-B Sport in der Prävention	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26301011	17
2.10.	Gesundheitssport	Entspannung für Kiefer Nacken und Schulter	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912230	38
3. – 4.10.	Gesundheitssport	Entspannungsmethoden und Meditation für Sportgruppen	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912240	39
6. – 7.10.	Lehrerfortbildung	Lehrerfortbildung im Turnen Teil 3	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26691044	83

7.10.	Webinar	Update – Osteoporose-Prävention	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926170	69
9. – 11.10.	Ausbildung	Tr-C-Ausbildung Fitness und Gesundheit	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26301021	17
10.10.	Gesundheitssport	Gesunde Gelenke – Hüfte, Knie & Co. mobil & stabil	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26922020	39
10.10.	Gesundheitssport	Harmonie für Körper und Geist – Body in Balanc	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Siegen	26930020	60
10. – 11.10.	Ausbildung	Basisqualifizierung ÜL-C, Tr-C	ÜL-C, Tr-C B, Tr-C L	Paderborn	26302111	12
16. – 19.10.	Ausbildung	Übungsleiter-Assistenten Grundmodul	ohne	Oberwerries	26631013	74
16.10.	Gesundheitssport	Dynamic Train(R)ing	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26912260	39
17. – 18.10.	Gesundheitssport	Der Fasziens-Code im Zirkel-Spezial-Mix	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26912270	39
19. – 22.10.	Ausbildung	Übungsleiter-Assistenten Aufbauomodul	ohne	Oberwerries	26631014	74

November

4.11.	Webinar	Workout Inspirationen	ÜL-C, Tr-C B	online	26926190	69
6. – 27.11.	Ausbildung	Anerkennungsmodul Basisqualifizierung	ohne	online	26641017	76
6. – 8.11.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Trainer Pilates Stufe 2	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26914132	46
7.11.	Gesundheitssport	Gesundes Training – gewusst wie	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Dülmien	26937030	40
7.11.	Turnen	Tr-C-Fortbildung GT w	Tr-C GT	Oberwerries	26420110	87
8.11.	Tanz/Choreografie	Tanzwerkstatt	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26621220	83
10.11.	Vereinsmanagement	Stammtisch – Neu im Vorstand deines Vereins – was nun, was tun?	ohne	online	26916070	71
13. – 15.11.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Kursleiter Yoga Stufe 2	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26914102	50
14. – 15.11.	Kinderturnen	Kinderturnen an Geräten – Turnhits für Kids	ÜL-C	Oberwerries	26621024	79
14. – 15.11.	Fitness/Aerobic Functional Training	WORLD JUMPING Basic	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26911080	24
14.11.	Gesundheitssport	Tiefenmuskeltraining – Stabilität von Innen	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Dortmund	26932020	40
14.11.	Webinar	Stressbewältigung durch Sport	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926200	69
16.11.	Ausbildung	Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild	ohne	online	26302120	13
16.11.	Gesundheitssport	Effektives Krafttraining im GroupFitness	ÜL-C, Tr-C L, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912280	41
20. – 22.11.	Tanz/Choreografie	DTB-Kursleiter Kindertanz	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26913030	80
21. – 22.11.	Kinderturnen	Eltern-Kind-Turnen	ÜL-C	Oberwerries	26620024	79
21. – 22.11.	Gesundheitssport	Female Fitness	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26922030	41
21.11.	Gesundheitssport	Bewegungsharmonie für den Rücken – standardisiertes Gesundheitssportprogramm	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Iserlohn	26935020	41
23.11.	Turnen	Arbeits-, Organisations- und Trainingsoptimierung Trampolinturnen	ohne	Oberwerries	26440050	88
24. – 29.11.	Schneesport	Schneesport Fortbildung 1 (2025/2026)	ÜL-C, Tr-C B	Pitztal	26270005	90
24. – 29.11.	Schneesport	Saisoneröffnung 2026/2027	ÜL-C, Tr-C B	Pitztal	26270006	92
27. – 29.11.	Turnen	Tr-C-Fortbildung Gerätturnen	Tr. - C GT	Oberwerries	26400511	87

27. – 29.11.	Tanz/Choreografie	DTB-Kursleiter Fit mit LineDance	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26913040	62
27. – 29.11.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Yogalehrer Aufbaukurs 2 – Asana Variationen	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26914052	52
30.11.	Tanz/Choreografie	Fit mit LineDance – Kursleiter Update	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26913050	62

Dezember

4. – 6.12.	Turnen	Tr-C Fortbildung Gerätturnen	F-ÜL GT, Tr-C GT	Oberwerries	26400711	87
4. – 6.12.	Bewegt älter werden	Fit zu zweit	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	26210030	68
4. – 6.12.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Kursleiter Yoga Stufe 3	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26914103	50
4. – 6.12.	Gesundheitssport	Kursleiter Rückengymnastik	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26912300	42
5.12.	Webinar	Raus aus der Kohlenhydrat-Falle – Ernährung neu gedacht	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	online	26926210	69
9.12.	Webinar	Dance Yoga	ÜL-C, Tr-C B	online	26926220	69
11. – 13.12.	Pilates/Yoga/Body&Mind	DTB-Trainer Pilates Stufe 3	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B	Oberwerries	26914133	46
12. – 13.12.	Gesundheitssport	Mit sich im Einklang – Gesundheit durch Fitness und Wellness	ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha	Oberwerries	26922040	42
8. – 10.1.27	Ausbildung	Tr-C Natursport Winter LG 1 Theorielehrgang	ÜL-C, Tr-C B	Oberwerries	27270001	91



Geschäftsbedingungen

Der WTB behält sich vor, aufgrund der möglichen Neufassung des § 4 Nr. 21 USTG/ Streichung § 4 Nr. 22a USTG durch den Gesetzgeber, die Preise für alle Bildungsangebote/Qualifizierungsmaßnahmen um die dann beschlossene Mehrwertsteuer zu ergänzen.

Anmeldung

Anmeldungen müssen grundsätzlich schriftlich oder online über das DTB-Gymnet erfolgen. Die Eingangsvoraussetzungen sind der Anmeldung beizulegen bzw. bei Online-Anmeldungen per Post/E-Mail nachzusenden. Jede Anmeldung ist verbindlich. Das Online-Anmeldeverfahren ist das schnellste Verfahren, die schriftlichen Anmeldungen werden nach Eingang bearbeitet. Ist ein Lehrgang ausgebucht, werden die nachfolgenden Anmeldungen in einer Warteliste geführt. Meldet ein Verein mehrere Personen zu einem Lehrgang an, können evtl. nicht alle Meldungen berücksichtigt werden.

Nach Eingang erhalten Sie eine Anmeldebestätigung und ca. 10 Tage vor Beginn weitere wichtige Informationen. Die Unterlagen werden per E-Mail und/oder per Post verschickt.

Zahlung per SEPA-Lastschrift

Die Zahlung erfolgt per Bankeinzug im SEPA-Lastschriftverfahren. Bei schriftlicher Anmeldung bitte die Einzugsermächtigung (SEPA-Mandat) auf dem Anmeldeformular ausfüllen, unterschreiben und an die Geschäftsstelle senden. Das Formular finden Sie im Internet unter www.wtb.de oder am Ende des Bildungsprogrammes auf Seite 114. Bei Online-Buchungen über das Gymnet erfolgt die Zustimmung zur Einzugsermächtigung mit dem Buchungsabschluss. Der Lastschritteinzug erfolgt in der Regel am Freitag der Folgewoche, nach Beendigung der Maßnahme vom angegebenen Konto. Das Datum des Lastschritteinzugs ist der Rechnung zu entnehmen, die ca. 10 Werktage vor Maßnahmenbeginn per Mail an den Melder versandt wird. Wird eine Rechnung mit abweichender Rechnungsanschrift gewünscht, ist bei der Online- als auch bei der schriftlichen Buchung die genaue Rechnungsadresse anzugeben. Nachträgliche Änderungen können nur bis mind. 10 Tage vor der Maßnahme berücksichtigt werden.

Gebühren / Gymcard / DTB-ID

Für alle Lizenzausbildungen werden zwei Preise ausgewiesen:

- WTB-Mitglieder Preis: Dieser gilt für alle, deren Anmeldung durch einen WTB-Verein befürwortet wurde (dies gilt auch für Turnvereine des Rheinischen Turnerbundes).
- Regulärer Preis: alle interessierten Personen, Institutionen ohne Gymcard bzw. DTB-ID

Bei allen weiteren Qualifizierungsmaßnahmen werden ebenfalls zwei unterschiedliche Preise erhoben.

- Gymcard-Preis / DTB-ID: wird gewährt, wenn die Gymcard bzw. DTB-ID bei der Anmeldung bereits im System hinterlegt ist.
- Regulärer Preis: alle interessierten Personen, Institutionen ohne Gymcard. bzw. DTB-ID.

Online ist günstiger

Für die Bearbeitung schriftlicher Anmeldungen wird eine Bearbeitungsgebühr von 5,- pro zu erfassendem Teilnehmer erhoben.

Frühbucherrabatt

Dieser gilt bis zum 28.2.2026 für entsprechend gekennzeichnete Qualifizierungsmaßnahmen (Poststempel/Online-Eingang).

Vereinszugehörigkeit

Bei Lizenzausbildungen haben Teilnehmer, die WTB-Vereinen angehören, Vorrang vor anderen. Die Mitgliedschaft muss nachgewiesen werden. Bei Online-Einzelmeldungen und schriftlichen Meldungen wird der Nachweis nachträglich angefordert. Bei Online-Meldungen über den Vereinsadministrator gilt der Nachweis als erbracht. Teilnehmer aus anderen Vereinen, Verbänden oder Institutionen, die nicht dem WTB/DTB angehören, kommen zunächst auf eine Warteliste und werden bei freien Kapazitäten informiert.

Absagen

Der Veranstalter behält sich das Recht vor, aus triftigen Gründen (z.B. Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl) den Termin und/oder Ort der Veranstaltung abzusagen. Änderungen im Zeitablauf bleiben dem Veranstalter vorbehalten. In Ausnahmefällen (z.B. bei Erkrankung) kann der Veranstalter die Leitung bzw. den Referenten eines Lehrgangs ändern.

Rücktrittsregelung WTB-Maßnahmen

Jeder Rücktritt muss schriftlich erfolgen. (Post, Fax oder E-Mail). Die Stornogebühren berechnen sich wie folgt:

Zeitraum der Stornierung	zu zahlender Betrag
Bis 36 Tage	10%
35 – 15 Tage	50%
ab 14 Tage	90%
ab 14 Tage mit Attest	50%

Rücktrittsregelung

DTB-Akademie-Maßnahmen

Jeder Rücktritt muss schriftlich erfolgen. (Post, Fax oder E-Mail). Die Stornogebühren berechnen sich wie folgt:

Lehrgangstage	bis 30 Tage vor Beginn	ab 29 Tage bis 1 Tag vor Beginn
1 Tag (8 LE)	10,-	40,-
2 Tage (15 / 20 LE)	15,-	60,-
3 Tage (25 LE)	20,-	100,-
> 3 Tage (> 25 LE)	30,-	200,-

Kosten, die durch Drittanbieter (Sport-schulen, Hotels etc.) in Rechnung gestellt werden und die aufgeführten Stornogebühren übersteigen, werden zusätzlich in Rechnung gestellt.

Krankheitsbedingte (auch durch ärztliches Attest bescheinigte) Rücktritte entbinden nicht von der Begleichung der Stornogebühr. Bei Nichterscheinen am Tag des Lehrgangs (ohne vorherige Absage) werden 100 % der gesamten gebuchten Leistung fällig. Bis 30 Tage vor Lehrgangsbeginn kann anstelle einer Stornierung eine Umbuchung vorgenommen werden. Die Umbuchung kostet pauschal 15,-. Eine spätere Umbuchung ab 29 Tage vor Lehrgangsbeginn muss im Einzelfall geprüft werden.

Fehlzeiten

Fehlzeiten in Ausbildungsmaßnahmen sollten möglichst vermieden werden.

Fehlzeiten können im Rahmen von max. 10 % anfallen und müssen frühestmöglich in der WTB-Geschäftsstelle und/oder bei der Lehrgangsleitung gemeldet werden.

Das Nachholen verpasster Qualifizierungselemente ist verpflichtend. Der Aufwand des Nachholens wird dem Zeitraum der verpassten Lerneinheiten angepasst.

Bei Fortbildungen zur Lizenzverlängerung können nur die in Anwesenheit geleisteten Stunden bescheinigt werden.

Unterkunft/Verpflegung

in der Landesturnschule Oberwerries

Die Übernachtung erfolgt in der Regel in Zwei-Bett-Zimmern. Einzelzimmer können bei freien Kapazitäten gegen einen Aufpreis von 10,- pro Übernachtung gebucht werden. In Lehrgängen mit ausgeschriebener Verpflegung erhalten die Teilnehmer eine Vollverpflegung, die Frühstück, Mittagessen und Abendessen umfasst.

Haftung

Der Westfälische Turnerbund haftet grundsätzlich nur für Vorsatz und/oder grobe Fahrlässigkeit. Weitere Ansprüche sind ausgeschlossen. Wir weisen darauf hin, dass bei Unfällen vor, während und nach einer Lehrgangsteilnahme ausschließlich Vereinsmitglieder über die Sporthilfe-Versicherung ihrer Vereine versichert sind.

Haftung

- ansprüche des Teilnehmenden auf Schadensersatz sind ausgeschlossen. Hiervon ausgenommen sind Schadensersatzansprüche des Teilnehmenden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers, der Gesundheit oder aus Verletzung vertragswesentlicher Pflichten (Kardinalpflichten) sowie die Haftung für sonstige Schäden, die auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung des jeweiligen Veranstalters, seiner gesetzlichen Vertreter oder Erfüllungsgehilfen beruhen. Wesentliche Vertragspflichten sind solche, deren Erfüllung zur Erreichung des Ziels des Vertrages notwendig sind.

- Bei der Verletzung wesentlicher Vertragspflichten haftet der jeweilige Veranstalter nur auf den vertragstypischen vorhersehbaren Schaden, wenn dieser einfach fahrlässig verursacht wurde, es sei denn, es handelt sich um Schadensersatzansprüche des Teilnehmenden aus einer Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit.
- Die Einschränkungen der Ziffern zu a) und b) gelten auch zugunsten der gesetzlichen Vertreter und Erfüllungsgehilfen des jeweiligen Veranstalters, wenn Ansprüche direkt gegenüber diesen geltend gemacht werden.

Versicherung

Für die Teilnehmenden (Mitglieder von versicherten Vereinen im Bereich des Landessportbundes NRW e.V.) an den Qualifizierungsmaßnahmen besteht während der Veranstaltung und auf dem direkten Weg von der jeweiligen angegebenen Wohnanschrift zum Veranstaltungsort und auf dem direkten Rückweg Unfall-, Kranken- und Haftpflichtversicherungsschutz im Rahmen des zwischen der Sporthilfe NRW e.V. und den jeweiligen Versicherungsgesellschaften abgeschlossenen Sportversicherungsvertrages in der zum Zeitpunkt der Anmeldung geltenden Fassung. Informationen über Inhalt und Umfang des Versicherungsschutzes können beim Versicherungsbüro bei der Sporthilfe NRW, Paulmannshöher Str. 11a, 58515 Lüdenscheid, Tel. 02351 947540, oder im Internet unter www.arag.de/versicherungen/vereine-verbaende/sport/nrw/ abgerufen werden. Ein Schadensfall, für den Versicherungsschutz bestehen kann, ist unverzüglich dem Veranstalter anzuzeigen, damit dieser eine Schadensmeldung abgeben kann.

Urheberrecht

Die Unterlagen, die die Teilnehmenden im Rahmen der Qualifizierungsmaßnahme vom jeweiligen Veranstalter erhalten, sind urheberrechtlich geschützt. Sie werden exklusiv den Teilnehmenden zur Verfügung gestellt und dürfen, auch nicht auszugsweise, ohne Einwilligung des Veranstalters bzw. des Rechteinhabers vervielfältigt oder verbreitet werden. Der Veranstalter behält sich insofern alle ihm zustehenden Rechte vor.

Datenerhebung, -verarbeitung, -nutzung

Im Rahmen der Vertragsbegründung, -durchführung und -beendigung erhebt, verarbeitet und nutzt der Veranstalter einer Qualifizierungsmaßnahme personenbezogene Daten der Teilnehmenden unter Beachtung der gesetzlichen Bestimmungen, insbesondere des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) und des EU-DSGVO. Bei den erforderlichen personenbezogenen Daten handelt es sich um den vollständigen Namen, das Geschlecht, die Anschrift mit Straßennamen, Hausnummer, Postleitzahl und Ortsangabe,

das Geburtsdatum, eine E-Mail-Adresse, eine Telefonnummer, ggf. eine Bankverbindung und ggf. eine Vereinszugehörigkeit. Weitere Informationen sind in der Datenschutzerklärung enthalten. Die Datenschutzhinweise für Seminarteilnehmer des WTB finden Sie unter www.wtb.de.

Soweit für die Durchführung eines Angebots, zum Beispiel zum Erwerb einer Lizenz, weitergehende personenbezogene Daten erhoben, verarbeitet und genutzt werden, erfolgt die Erhebung, Verarbeitung und Nutzung aufgrund einer ausdrücklichen Einwilligung des Teilnehmenden. Die Verweigerung der Einwilligung führt dazu, dass die Lizenzierung nicht erfolgen kann.

Schlussbestimmungen

Für Verträge zwischen dem jeweiligen Veranstalter einer Qualifizierungsmaßnahme und dem Teilnehmenden gilt ausschließlich deutsches Recht. Ist der Vertragspartner Kaufmann im Sinne des HGB, juristische Person des öffentlichen Rechts oder öffentlich-rechtliches Sondervermögen, hat er keinen allgemeinen Gerichtsstand im Inland oder ist sein Wohnsitz oder gewöhnlicher Aufenthaltsort im Zeitpunkt der Klageerhebung nicht bekannt, so ist der ausschließliche Gerichtsstand für alle Auseinandersetzungen aus und im Zusammenhang mit dem Vertragsverhältnis der Sitz des jeweiligen Veranstalters der gebuchten Qualifizierungsmaßnahme. Sollte eine Bestimmung dieser Allgemeinen Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise unwirksam, undurchführbar oder nicht durchsetzbar sein oder werden oder lückenhaft sein, so wird dadurch die Gültigkeit des Vertrags und der übrigen Bedingungen nicht berührt. An die Stelle der unwirksamen, fehlenden oder undurchführbaren Bestimmung tritt eine wirksame Bestimmung, die dem sonstigen Inhalt des Vertrages entspricht und dem Zweck der unwirksamen, fehlenden oder undurchführbaren Bestimmung am nächsten kommt.

Anmeldung zum Lehrgang

Westfälischer Turnerbund
Zum Schloss Oberwerries | 59073 Hamm

Titel Termin

Lehrgangsnummer GYMCARD-Nr.

Die erforderlichen Nachweise bzw. Eingangsvoraussetzungen habe ich beigelegt. Für die Bearbeitung schriftlicher Anmeldungen wird eine zusätzliche Gebühr von 5,- pro zu erfassendem Teilnehmer erhoben. Alle personenbezogenen Daten werden mit Hilfe einer elektronischen Datenverarbeitungsanlage erfasst und unterliegen den Allgemeinen Datenschutzbestimmungen. Die aktuell geltenden AGB, Datenschutzbestimmungen, Ehrenkodex und Verhaltensregeln finden sich unter www.wtb.de/bildung/regulieren-lg-plan. Diese habe ich zur Kenntnis genommen und erkenne sie mit meiner Unterschrift an.

Angaben ausschließlich zu Lehrgängen der DTB-Akademie mit V mit Ü/V

Angaben zur Person Geschlecht w m

Vorname Name

Straße PLZ, Ort

Telefon Geburtsdatum E-Mail

Vereinsname

Bei abweichender Rechnungsanschrift

Name/Verein

Straße PLZ, Ort

Datum, Unterschrift

Gläubiger-Identifikationsnummer
DE94WTB00000341463

Lastschriftverfahren

- Einzugsermächtigung:** Ich ermächtige den Westfälischen Turnerbund e.V. widerruflich, die von mir zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.
- SEPA-Lastschriftmandat:** Ich ermächtige den Westfälischen Turnerbund e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Westfälischen Turnerbund e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Angaben zum Kontoinhaber/Zahlungspflichtigen

Vorname/Name

Straße/Hausnummer PLZ/Ort

Bankverbindung

IBAN DE

BIC

Datum, Unterschrift Kontoinhaber

**SAVE
THE
DATE!**

Das Landesturnfest kommt
nach Hamm!
4. – 7. Juni 2026

Erlebe das größte
Breitensportevent in NRW!
Jetzt anmelden und
Frühbucherrabatt sichern!
Frist: 15. Januar 2026



LTF 26
5. NRW-LANDESTURNFEST 2026
www.nrw-landesturnfest.de



Grafik: shutterstock/Tohibi



Mehr als Zusammenhalt.

Weil Sport uns alle verbindet,

engagieren sich die Sparkassen
in Westfalen-Lippe als Partner des
Westfälischen Turnbundes für den
Breiten- und Spitzensport sowie für
die Nachwuchsförderung.

WTB 
WESTFÄLISCHER TURNERBUND

LTF26 
5. NRW-LANDESTURNFEST 2026

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkassen
in Westfalen-Lippe