

# TurnZeit

**WTB**   
WESTFÄLISCHER TURNERBUND



- **Qualifizierungen im WTB**
- **Neue Mitarbeiterinnen im Verband**
- **Gesundheit: Doping**

# Feuerwerk der Turnkunst

EUROPAS ERFOLGREICHSTE TURNSHOW

**20 % Rabatt  
mit dem Code  
WTB-AVL2NA**

# VIVA

TOURNEE 2026

02.01.2026, 18:30 Uhr

## Dortmund

Westfalenhalle

05.01.2026, 15 & 19:30 Uhr

## Bielefeld

Seidensticker Halle



### TICKETS & INFORMATIONEN

Tickets online platzgenau buchen unter [www.feuerwerkderturnkunst.de](http://www.feuerwerkderturnkunst.de).

Tickets ab 20,90 €, zzgl. Vorverkaufsgebühr. ☎ (0511) 980 97 98.



### Liebe Leser,

Bildung ist mehr als reine Wissensvermittlung – sie ist Fundament, Haltung und Zukunft. In der aktuellen Ausgabe widmen wir uns diesem zentralen Thema mit besonderem Fokus auf die Rolle der Bildung im organisierten Sport. Ob in der Trainerausbildung, in digitalen Selbstlernkursen oder in der Wertevermittlung: Bildung ist der Schlüssel für Qualität, Sicherheit und nachhaltige Entwicklung in unseren Vereinen und Verbänden.

Ein weiteres Highlight wirft bereits seine Schatten voraus: Das 5. NRW-Landesturnfest 2026 in Hamm. Vom 3. bis 7. Juni 2026 wird die Stadt an der Lippe zum Zentrum der Bewegung. Die Planungen für dieses Großevent laufen auf Hochtouren – und die Vorfreude ist spürbar. Sport, Spiel, Spaß und Emotionen werden das LTF26 zu einem Fest der Begegnung machen, das Menschen aller Generationen verbindet.

Sowohl im Bildungsbereich als auch bei der Vorbereitung des Landesturnfests erhalten wir seit einiger Zeit tatkräftige Unterstützung: Drei neue, engagierte Mitarbeiterinnen bereichern mit frischen Ideen und viel Herzblut die Arbeit unseres Verbandes. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen die drei jungen Frauen und ihre vielseitigen Aufgabenbereiche vor – kompetent, motiviert und voller Tatendrang.

Ein weiteres Thema, das uns immer wieder beschäftigt, ist der Umgang mit Doping. Doping und Gesundheit – zwei Begriffe, die sich scheinbar ausschließen. Oder doch nicht? Wo verläuft die Grenze zwischen erlaubter Leistungsoptimierung und verbotener Manipulation? Ein spannendes und zugleich sensibles Feld, das wir in dieser Ausgabe kritisch beleuchten.

Wir wünschen viel Freude beim Lesen – und laden alle herzlich ein, Bildung im Sport neu zu denken. Denn: Bildung bewegt. Und Bewegung bildet.

Kirsten Brüggemann



# Inhalt

3|25



- Editorial** 3
- Titelthema**
- Qualifizierungen im WTB** 6
- Bildung im Sport 7
- DTB-Akademie 10
- Co-Trainer Fitness & Gesundheit 15
- Safe Sport & Körperbild 16
- Dezentrale WTB-Weiterbildungen im Sauerländer Turngau 18
- Sportkolumne** 20
- Aus dem Verband** 21
- Frischer Wind in der Geschäftsstelle
- LTF26** 24
- Turnen** 29
- Fitness und Gesundheit** 31
- WTB-Gymwelt-Convention 2025
- Gesundheit** 32
- Doping

- DOSB** 36
- Studie: Mehr als Medaillen? 37
- Die BewegungsLandkarte
- Events** 38
- 118. Gillerberg-Turnfest
- Tanzwerkstatt – Tänze aus aller Welt 41
- Aus dem DTB** 42
- Zehn Jahre #BEACTIVE
- Menschen** 44
- Pinnwand** 46
- Informationen** 47





Stadiongala des  
Deutschen Turnfestes  
in Leipzig 2025

Titelthema Qualifizierungen im WTB

# Bildung im Sport

*Warum Qualifizierung der Schlüssel zum Erfolg ist*

Übungsleiter, Trainer und Funktionsträger sind die tragenden Säulen in unseren Sportvereinen. Mit ihrem Knowhow gestalten sie das Vereinsleben und schaffen zielgruppen- und altersgruppenspezifische Angebote für ihre Mitglieder.

*Bildung eröffnet uns nicht nur neue Möglichkeiten, sie ist auch eine Investition in die Zukunft.*

ED MARKEY

Im Sport geht es längst nicht mehr nur um körperliche Fitness, um Technik oder Taktik. Wer im Verein Verantwortung übernimmt muss auch die soziale und gesundheitliche Förderung der Teilnehmenden im Blick behalten. Deshalb ist eine gezielte Qualifizierung für alle Beteiligten essenziell.

Neben dem sportlichen Wissen ist auch pädagogisches, psychologisches und organisatorisches Geschick gefragt.

Gut ausgebildete Übungsleiter und Trainer sind in der Lage, auf individuelle Bedürfnisse einzugehen, Gruppen sicher zu führen und Trainingsinhalte zielgerichtet zu vermitteln. Sie erkennen frühzeitig Überlastungen, fördern Talente und schaffen ein Umfeld, in dem sich alle wohlfühlen und entfalten können.

Der WTB bietet ein breites Angebot an Aus- und Fortbildungen für alle, die im Verein Verantwortung übernehmen möchten.

**Die Ausbildungswege beim WTB**

**Vorstufenqualifikationen (ab 13 Jahren)**

*Erster Einstieg in die Ausbildung – ideal für Jugendliche*

**Trainerassistent** 13 – 18 Jahre  
Grundlagen des Leistungssports 60 LE  
15 LE anrechenbar für Trainer-C

**Übungsleiter-Assistent** 13 – 16 Jahre  
Übernahme fachlicher & überfachlicher Aufgaben 60 LE  
Grund- & Aufbaumodul

**Zertifikat Kinderturnen** ab 16 Jahre  
praxisorientierte Inhalte für das Kinderturnen 35 LE  
auch ohne Lizenz möglich, für Erwachsene

**Vorteil der Vorstufenqualifizierungen: Verkürzter Weg zur Lizenz durch Anerkennungsmodul Basisqualifizierung (10 LE, online).**

**Basisqualifizierung (ab 16 Jahren)***Einstieg in die Lizenz-Ausbildung*

**Basisqualifizierung 32 LE** ab 16 Jahren  
 Grundlagen für Übungsleiter & Trainer  
 Präsenz oder Blended Learning

**oder**

**Anerkennungsmodul 10 LE** ab 16 Jahren  
 nur Vorstufenqualifikation nötig  
 E-Learning

**1. Lizenzstufe (C-Lizenz, ab 16 Jahren)**

Übungsleiter-C

Trainer-C Breitensport

Trainer-C Leistungssport

zielgruppenspezifische Inhalte: Praxis und Theorie, Vereinsarbeit, Angebotsplanung, je 90 LE  
 Voraussetzung: Basisqualifikation, Erste Hilfe, Vereinsbefürwortung, Ehrenkodex, Datenschutz

**2. Lizenzstufe (B-Lizenz)**

Übungsleiter-B (Gesundheit im Kinderturnen, Sport in der Prävention)

Vertiefung &amp; Spezialisierung, 90 LE

Voraussetzung: ÜL-C im gleichen Bereich

Trainer-B (nur beim DTB möglich)

Vertiefung leistungssportlicher Inhalte, 60 LE

Voraussetzung: Trainer-C Leistungssport

**WTB-Ausbildungssystem online**

Einen Überblick über das  
 WTB-Ausbildungssystem  
 findet Ihr unter [www.wtb.de/bildung/lizenzen-regularien](http://www.wtb.de/bildung/lizenzen-regularien)

**Lizenzen und wie man sie erwirbt**

Unter [www.wtb.de/bildung/lizenzen-regularien/lizenz-wegweiser](http://www.wtb.de/bildung/lizenzen-regularien/lizenz-wegweiser) gibt es alle notwendigen Hinweise, welche Lizenzen es beim WTB gibt und wie man eine Lizenz erwerben kann.

*Lernen ist wie Rudern gegen den Strom.  
 Hört man damit auf, treibt man zurück.*

LAOTSE

**DOSB-Lizenz – WTB-Lizenz**

Beim WTB wird nach den DOSB-Lizenzrichtlinien gearbeitet. Deshalb sind ÜL- und Trainerlizenzen, die beim WTB erworben werden, im Gesamtbereich des DOSB gültig.

**Zahlen und Fakten**

Es gibt

- über 480.000 gültige DOSB-Lizenzen
- 695 ausbildende Verbände
- 1.025 akkreditierte Ausbildungsgänge
- 55.000 Vereinsmitglieder, die jährlich eine Ausbildung mit DOSB-Lizenz abschließen

**Weiterbildungen beim WTB**

Wer nach neuen Ideen für seine Arbeit im Verein sucht oder seine ÜL- / Tr-Lizenz verlängern muss, kann sich unter den zahlreichen Weiterbildungen sein Wunschthema aussuchen.

Im WTB-Bildungsprogramm werden jährlich alle Weiterbildungsmaßnahmen nach den Bereichen Kinderturnen, Turnen, Gymwelt und Vereinsmanagement übersichtlich aufgelistet und die Inhalte beschrieben.

*Das große Ziel der Bildung ist nicht Wissen,  
 sondern handeln.*

HERBERT SPENCER

**Weiterbildung beim WTB**

Bereich Gymwelt:

WTB-Akademie und DTB-Akademie

Bereich Kinderturnen:

Westfälische Turnjugend

Bereich Turnen:

Westfälischer Turnerbund

*Es ist nicht genug zu wissen –  
 man muss auch anwenden.  
 Es ist nicht genug zu wollen –  
 man muss auch tun.*

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

**10 gute Gründe für  
 Aus- und Weiterbildungen im Sport**

1. Qualität sichern: Fachlich fundiertes Training und Vereinsarbeit gewährleisten
2. Kompetenzen erweitern: Wissen in Trainingslehre, Pädagogik, Kommunikation, Organisation
3. Verantwortung stärken: Ehrenamtliche als Vorbilder und Vertrauenspersonen ausbilden
4. Motivation fördern: Persönliche Entwicklung als Antrieb für langfristiges Engagement
5. Vereinsbindung erhöhen: Weiterbildung schafft Identifikation und Zugehörigkeit

6. Vielfalt und Inklusion ermöglichen: Sensibilisierung für unterschiedliche Bedürfnisse und Lebensrealitäten
7. Sicheres Umfeld schaffen: Prävention von Gewalt, Förderung von Safe Sport und Körperbild
8. Teamfähigkeit und Sozialkompetenz stärken: Zusammenarbeit, Empathie, Konfliktlösung
9. Strukturen professionalisieren: Vereinsführung, Projektmanagement, Öffentlichkeitsarbeit
10. Zukunft gestalten: Bildung als Motor für nachhaltige Vereinsentwicklung

**Alle Weiterbildungen 2026  
 findet Ihr im Online-Bildungskalender  
 unter  
[www.wtb.de/bildung/bildungsangebote/bildungskalender-2026/ausbildungssystem](http://www.wtb.de/bildung/bildungsangebote/bildungskalender-2026/ausbildungssystem)**



# DTB-Akademie

## Das ist neu 2026

### 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.

In der Weiterbildung zum Neuro-Instructor wird praxisnah vermittelt, wie das Gehirn Bewegung steuert – und wie man als Trainer dieses Wissen nutzt, um die Bewegungsqualität der Teilnehmenden gezielt zu verbessern.

**Voraussetzung:** Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder 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,-



### Barre Workout-Instructor

Fit und straff mit dem Trendworkout! Barre Workout ist ein gezieltes Kraft-Ausdauertraining an der Ballettstange (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.

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

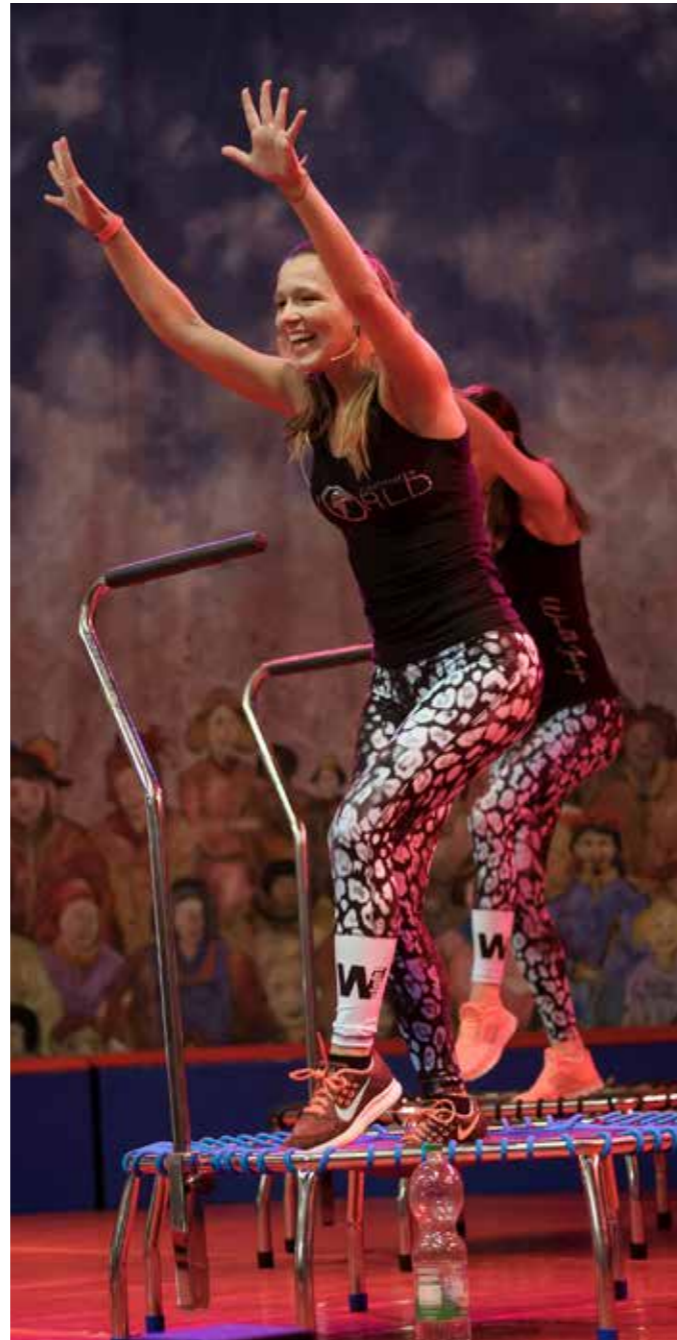
DTB-Akademie LG 26911060 15 LE  
 Natascha Gohl  
 18. – 19.7.2026 | Sa 10 – So 13 Uhr  
 Landesturnschule Oberwerries  
 ÜL-C, Tr-C Breitensport  
 V Gymcard 204,- / regulär 239,-  
 Ü/V Gymcard 229,- / regulär 264,- FB 10,-



### 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. Es wird gezeigt, wie Trainer ihre Teilnehmenden auch in anstrengenden Trainingsphasen mit guter Laune durch die Stunde führen und motivieren können.

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 374,-  
 Ü/V Gymcard 369,- / regulär 399,- FB 10,-



### 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.

Verschiedene Levels und Modifikationen innerhalb der Übungen machen flowing AthletiX® dabei für jedermann 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.

**Voraussetzung:** Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder 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,-



### DTB-Kursleiter Babys in Bewegung

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

In dieser Weiterbildung sind umfangreiche Lehrmaterialien enthalten.

20 Lerneinheiten (0,5 ECTS) pro Modul

Voraussetzungen: ÜL-C, Tr-C Breitensport, Erzieher, Lehrer 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,-



## 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 ein zeitlich unbegrenztes Zertifikat Co-Trainer Fitness & Gesundheit. Das Zertifikat berechtigt zur Teilnahme an den weiterführenden Lizenzbildungen des Westfälischen Turnerbundes.

Das zeitlich unbegrenzte Zertifikat kann bei dem Besuch von weiterführenden Lizenzbildungen des Westfälischen Turnerbundes angerechnet werden.

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

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



# Safe Sport & Körperbild

## Digitaler Selbstlernkurs

Mit dem Beschluss des Safe Sport Codes auf dem Deutschen Turntag 2024 hat der Deutsche Turner-Bund (DTB) ein starkes Zeichen für mehr Sicherheit und Achtsamkeit im Sport gesetzt. Doch damit nicht genug: In einem weiteren Schritt wurde das Thema Körperbild & Selbstwertgefühl fest in die neuen DTB-Ausbildungskonzeptionen integriert – ein Meilenstein für die Präventionsarbeit im organisierten Sport.

Die Anpassungen in der DTB-Ausbildungsordnung und den Lehrgangsprogrammen aller DTB-Lizenzbildungen folgen dem Stufenplan des DOSB und den DTB-Beschlüssen. Ab dem Lizenzjahrgang 2025 sind die Themen Safe Sport und Körperbild & Selbstwertgefühl verpflichtend in allen Ausbildungen zu behandeln – ein klares Bekenntnis zu mehr Schutz und Sensibilität im Sportalltag.

### Digitaler Selbstlernkurs als Einstieg

Der Westfälische Turnerbund (WTB) hat frühzeitig reagiert und die Inhalte in einem digitalen Selbstlernkurs auf der DTB-Lernplattform verankert. Der Kurs umfasst drei Lerneinheiten (LE) und bietet eine fundierte Einführung in beide Themenbereiche. Er sensibilisiert für Grenzverletzungen, vermittelt Wissen über Präventionsmaßnahmen und fördert die Reflexion über Körperbilder und Selbstwert im sportlichen

Kontext.

Der digitale Kurs ist mehr als eine Pflichtveranstaltung – er ist ein Ausdruck von Haltung. Denn wer im Sport Verantwortung übernimmt, muss auch für ein sicheres und wertschätzendes Umfeld sorgen. Die Integration dieser Themen in die Ausbildung ist ein wichtiger Schritt, um Trainer, Übungsleiter und Funktionsträger zu stärken – fachlich und menschlich.

Für die spätere Lizenzausstellung müssen künftig alle Lizenzanwärter neben ihrer Lizenzausbildung einen Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild absolviert haben und diesen Nachweis in Form einer Bescheinigung, die am Ende des Selbstlernkurses zum Download zur Verfügung steht, in ihren Dokumenten im Gymnet hochladen.



### Kurs 1

#### Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild

LG 26302040

16.2.2026

Anmeldung bis spätestens 1.2.2026

digital

ohne Gebühr

### Kurs 2

#### Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild

LG 26302080

29.6.2026

Anmeldung bis spätestens 14.6.2026

digital

ohne Gebühr

### Kurs 3

#### Selbstlernkurs Safe Sport & Körperbild

LG 26302120

16.11.2026

Anmeldung bis spätestens 1.11.2026

digital

ohne Gebühr



## Dezentrale WTB-Weiterbildungen im Sauerländer Turngau



Die dezentralen Übungsleiterfortbildungen des WTB, die im Sauerland in der Regel in Belecke und Fröndenberg durchgeführt werden, finden immer eine gute Resonanz. Gern gesehen sind Fortbildungen, die auch zur Verlängerung der B-Lizenz angerechnet werden. Volles Haus gab es beim diesjährigen Frühjahrslehrgang um die Osterferien. Mit Bettina Blumenkamp stand eine kompetente WTB-Referentin zum Thema *Ein Wohlfühlprogramm für Rücken und Hüfte* zur Verfügung. Auch die Versorgung mit frischem Kaffee und Plätzchen wird bei den Lehrgängen immer positiv aufgenommen.

### Weiterbildungen im Sauerländer Turngau – freie Plätze

#### Gesunde Mitte – fit für den Alltag

Diese ÜL-Fortbildung findet am 8. November 2025 in Fröndenberg statt. Die acht Lerneinheiten gelten zur Verlängerung der ÜL-C und B-Lizenz, ÜL-Reha. Stabilität und Beweglichkeit in der Körpermitte sind wichtige Grundlagen für unsere physische Belastbarkeit in Hobby und Beruf. In diesem Lehrgang werden die Prinzipien eines ganzheitlichen Trainings für Rücken, Rumpf und Bauch praktisch angewendet.

Anmeldungen: <https://events.dtb-gymnet.de>. Unter Stichwort/Eventsuche die LG-Nr. 25939020 eingeben.

### DTB-Basisschein Trampolinturnen I + 2

Erstmals bietet der Gau diesen Trampolinlehrgang an.

#### Teil 1

Termine: 2.II.2025 | Sa 9 – 17 Uhr und  
22.II.2025 | So 9 – 17 Uhr

Unna, Kreissporthalle II, Platanenallee 20

Über eine fachspezifische Einweisung und Vermittlung von Grundkenntnissen werden Teilnehmern die Möglichkeit eröffnet, das große Trampolin im Rahmen des Schul- und Breitensports einzusetzen. Inhalte:

- Auf- und Abbau des Trampolins
- Gerätekunde
- Sicherungsbestimmungen, versicherungsrechtliche Aspekte
- präventive Maßnahmen, Unfallvermeidung, Verkehrssicherungs- und Aufsichtspflicht
- sportartspezifische Erwärmung und Gymnastik
- Gewöhnungsübungen, Spielformen
- Methodik und Technik von einfachen Sprüngen bis zum Rücken- und Bauchsprung (ohne Salti)
- Einsatz des Gerätes unter Standardbedingungen bzw. als methodische Ergänzung zum Übungs- und Trainingsbetrieb.

Zielgruppe: Übungsleiter, Sportlehrer, Erzieher, Interessierte ohne trampolinspezifische Vorkenntnisse.

Der Lehrgang schließt mit der Lernerfolgskontrolle des sicheren Auf- und Abbaus der Geräte, methodischen Reihen der erarbeiteten Sprünge und Sprungkombinationen (inkl. Sicherheits- und Hilfestellung) ab.



Voraussetzung: Vollendung des 16. Lebensjahres. Anmeldungen an Wolfgang Breuer: [lehrgang@sauerlaender-turngau.de](mailto:lehrgang@sauerlaender-turngau.de). Anmeldeschluss: 15. Oktober 2025.

#### Teil 2

Termine: 29.II.2025 | Sa 9 – 17 Uhr und  
30.II.2025 | So 9 – 17 Uhr

Unna, Kreissporthalle II, Platanenallee 20

Voraussetzung ist die erfolgreiche Teilnahme an Teil 1 und richtet sich an Interessierte, die mindestens 16 Jahre alt sind und ihre Kenntnisse im Umgang mit dem Trampolin erweitern und vertiefen möchten. Neu ist hier die Methodik und aktive Hilfestellung bei den Landungsarten Bauch in Kombination mit Schraubenbewegungen, Salto rückwärts und vorwärts gehockt sowie Barani. Ebenfalls beinhaltet die Stufe II den sicheren Auf- und Abbau des Minitrampolins sowie dessen Einsatzmöglichkeiten.

Anmeldungen an Wolfgang Breuer: [lehrgang@sauerlaender-turngau.de](mailto:lehrgang@sauerlaender-turngau.de)  
Anmeldeschluss: 30. Oktober 2025

#### Weitere Informationen

<https://www.sauerlaender-turngau.de/ausbildung>

# Wo Wissen auf Verantwortung trifft – Bildung im WTB

Von Kirsten Brüggemann



Das Aus- und Weiterbildungssystem des Westfälischen Turnerbundes kann sich sehen lassen. Es bietet Vielfalt in jeder Hinsicht. Die Themen der Qualifizierungsangebote decken umfassend die Bereiche Kinderturnen, Gymwelt und Turnen ab. Dabei haben die Inhalte der Aus- und Weiterbildungen viele unterschiedliche Zielgruppen im Fokus: Leistungssportler, junge Erwachsene, Senioren, Kinder und Jugendliche oder auch Vereinsvorstände.

Natürlich wird fundiertes Wissen über Trainingslehre, Anatomie, Bewegungsabläufe und Verletzungsprävention vermittelt. Doch: Gute Aus- und Weiterbildungen beinhalten heute mehr als nur das Weitergeben von Fachwissen. Sie fördern soziale Kompetenzen: Empathie, Kommunika-

tionsfähigkeit, Teamgeist. Wer eine Gruppe leitet, muss zuhören können, motivieren, deeskalieren – und manchmal einfach nur da sein.

Als Übungsleiter oder Trainer heißt es, Verantwortung zu übernehmen – für Menschen, nicht nur für Ergebnisse.

Und genau das soll in Übungsleiter- und Trainerausbildungen weitergegeben werden. Ethische und pädagogische Aspekte haben einen festen Platz in unseren Qualifizierungen. Denn Mitarbeitende im Verein sind Vorbilder, Vertrauenspersonen und sportliche Fachkraft in einem.

Wie gehe ich mit Leistungsdruck um? Wie schaffe ich ein sicheres Umfeld für alle? Wie fördere ich Vielfalt und Inklusion? Auf diese Fragen werden Antworten gegeben – natürlich neben dem vielfältigen, sport- und zielgruppenspezifischen Fachwissen.

Vereine, die in die Weiterbildung ihrer Engagierten investieren, investieren in ihre Zukunft. Dabei ist die Bildung der Motor für eine positive Vereinsentwicklung. Vereine schaffen Strukturen, in denen sich Menschen wohlfühlen, wachsen und bleiben wollen. Sie setzen Standards – nicht nur für sportliche Qualität, sondern für ein respektvolles, wertschätzendes Miteinander.

Aus- und Weiterbildungen im Sport sind keine Pflichtveranstaltungen, sondern Chancen. Chancen, den Sport menschlicher, verantwortungsvoller und nachhaltiger zu gestalten!



## Frischer Wind in der Geschäftsstelle

### Drei neue Gesichter im WTB-Team

Der Westfälische Turnerbund (WTB) begrüßt drei neue Mitarbeiterinnen in seiner Geschäftsstelle – und mit ihnen frische Impulse, neue Perspektiven und viel Engagement. In den Bereichen Bildung, Lehrgangs-

verwaltung, DTB-Akademie sowie im Projektteam für das Landesturnfest 2026 (LTF26) in Hamm haben sich die neuen Kolleginnen bereits bestens eingelebt.



v.l.: **Generationswechsel mit Weitblick**  
 Finja Meiningshaus (Verwaltung WTB-/DTB-Akademie), Jaana Prentice (Bildungsreferentin, WTB-Akademie), Lisa-Marie Heinrichs (Projektteam LTF26)

Die personellen Veränderungen wurden notwendig durch altersbedingte Abgänge: Karin Schädlich verabschiedete sich bereits in den wohlverdienten Ruhestand, Simone Eggert wird diesem Beispiel bald folgen, und auch Stephan Gentes plant seinen Abschied im kommenden Jahr. Jahrzehntelange Erfahrung verlässt damit die Geschäftsstelle – doch der Übergang ist gut vorbereitet. Die Lehrgangsverwaltung wird zukünftig Finja Meiningshaus, die gerade ihren Bachelor in Sportökonomie absolviert hat, übernehmen: „Im Wesentlichen betreue ich die Teilnehmenden der Bildungsangebote. Dabei stehe ich Teilnehmern bei Fragen zur Verfügung, kümmerge mich um die Vorbereitung des Lehrgangs und die spätere Abwicklung der Kostenabrechnungen.“

**Neue Kompetenz für bewährte Aufgaben**

Die neuen Mitarbeiterinnen bringen nicht nur frischen Wind, sondern auch hohe Fachkompetenz mit. In der Lehrgangsverwaltung sorgen sie für einen reibungslosen Ablauf der Bildungsangebote, koordinieren Termine, begleiten Teilnehmende und behalten den Überblick über ein wachsendes

Portfolio an Qualifizierungsmaßnahmen. Auch in der DTB-Akademie setzen sie neue Akzente – mit einem Blick für Qualität und Teilnehmendenorientierung.

Jaana Prentice, seit Oktober 2024 dabei, wird ab Herbst diesen Jahres die Aufgaben der WTB-Akademie übernehmen. „Bis jetzt bin ich für die Lehrgangsorganisation der DTB- und WTB-Akademie zuständig. Hier habe ich die Grundlagen kennengelernt. Von meiner Vorgängerin habe ich dann eine sehr gute Einarbeitung in die Planungen für 2026 bekommen. Ich freue mich darauf, nun als Referentin für die WTB-Akademie abwechslungsreiche Angebote für die Übungsleiter und auch die Turnfestakademie für das LTF26 in Hamm zu organisieren.“ Durch ihre Promotion, in der der Gesundheitssport (Pferdesport) eine wesentliche Rolle spielte, bringt sie viel Erfahrung im sportfachlichen Bereich mit.

**Verstärkung für das Landesturnfest 2026**

Ein besonderes Augenmerk liegt auf dem Landesturnfest 2026, das in Hamm stattfinden wird. Hier unterstützt Lisa-Marie Heinrichs bereits aktiv

die Vorbereitungen – von der Ausschreibung über die Mitarbeit in Arbeitskreisen bis hin zur organisatorischen Feinplanung. Ihre Unterstützung ist ein wichtiger Baustein für das Gelingen dieses Großereignisses, das tausende Sportbegeisterte aus ganz Westfalen zusammenbringen wird. Lisa Marie, die gerade erst ihr Eventmanagement-Studium abgeschlossen hat, schaut motiviert auf ihren neuen Job: „Ich finde es einfach super, dass ich in verschiedene Bereiche miteinbezogen werde und ich mir somit viele Sachen in kurzer Zeit aneignen kann.“ Sie kannte den WTB bereits aus ihrer Zeit als Bundesfreiwilligendienstlerin. „Der WTB ist mir durch den Bundesfreiwilligendienst positiv in Erinnerung geblieben. Ich habe mich zu der Zeit sehr wohlgefühlt und mein Berufsleben beim WTB starten zu können, hat mir ein gutes Gefühl gegeben.“

**Ein starkes Team für die Zukunft**

Der WTB blickt mit Zuversicht auf die kommenden Jahre. Mit dem gelungenen Übergang in der Geschäftsstelle ist nicht nur der Wissenstransfer gesichert – es entsteht auch Raum für neue Ideen und moderne Ansätze in der Bildungsarbeit und Veranstaltungsorganisation. Die neuen Kolleginnen sind bereit, Verantwortung zu übernehmen – und sie tun es mit Herz, Verstand und viel Engagement.



# Herzlich Willkommen in der Turnfeststadt Hamm

Die Stadt Hamm heißt zu ihrem 800-Jahre Jubiläum Sportlerinnen und Sportler aus ganz NRW herzlich willkommen!

*Auf die Plätze. Fertig. Los!* – und zwar nach Hamm zum großen NRW-Landesturnfest. Die Stadt Hamm freut sich im Jubiläumsjahr auf tausende Aktive und Gäste. Und freuen können sich auch die Turnfestteilnehmenden auf die Stadt an der Lippe, denn Hamm hat, außer tollen Sportangeboten, auch sonst viel zu bieten.



© Thorsten Hübner, Stadt Hamm

## Großstadt und grüne Oase

Hamm ist Großstadt und grüne Oase mit zahlreichen Parks. Die grünen Ringanlagen umschließen die Kernstadt, Kanal und Lippe laufen mitten durch die Stadt, fußläufig zur City. Hamm ist die Stadt für knapp 180.000 Menschen und ist Hochschulstandort und Sportstadt mit 150 Vereinen, in denen über 40.000 Menschen aktiv sind. Hamm ist Knotenpunkt für Pedalritter und Schnittpunkt zwischen Sieger-, Sauer- und Münsterland. Mit 800 Jahren abwechslungsreicher Geschichte und einer aussichtsreichen Zukunft ist Hamm eine ausgezeichnete Ausrichterstadt – einfach mittendrin!

Gemeinsam können die Aktiven sowie die Gäste das vielseitige Programm an den fünf Tagen genießen. Auf einer Erlebnismeile gibt es tagsüber verschiedenste sportliche Mitmach- und Schnupperangebote. Die Eröffnungsveranstaltung startet mit einem festlichen Einzug der Teilnehmenden und einer anschließenden Party. An den anderen Abenden stehen Live-Bands auf der Bühne und machen aus dem Marktplatz einen tollen Ort zum gemeinsamen Feiern. Am Samstag ein toller Musik-Act zum gemeinsamen Feiern für alle Altersgruppen.

## Auf Entdeckungsreise gehen

Wer von der Stadt mehr sehen und erleben möchte, kann das bestens auf eigene Faust oder bei einer geführten Stadttour. Beispielsweise mit einem Be-

such des Gustav-Lübcke-Museums mit der größten Ägyptischen Sammlung Nordrhein-Westfalens. Oder einer Kurzreise nach Asien, denn in Hamm steht der größte Tempel Kontinentaleuropas nach hinduistischer Bauart. Entspannt verweilen und die gesunde Salzlucht genießen kann man im Kurpark mit Gradierwerk. In der Innenstadt stehen mit der Pauluskirche, Haus Henin, Haus Stuniken oder Vorschulze einige der ältesten Gebäude der Stadt. Und natürlich lädt die Fußgängerzone zum Einkaufsbummel und Essenspausen ein in den Cafés, Kneipen und Restaurants.

Wer die Turnfeststadt näher kennenlernen möchte, sollte sich eine der spannend-unterhaltensamen Stadtführungen nicht entgehen lassen. Die



Hammer Stadtführer haben dazu eine bunte Themen-Mischung parat. Die Stadt Hamm freut sich auf ihre Gäste und wünscht allen eine angenehme Vorbereitung, sportlich-spannende (Wettkampf)-Tage und einen wunderbaren Aufenthalt!

## Werde als Volunteer Teil unseres NRW-Turnfest-Teams 2026!

Sport. Action. Gemeinschaft. Hilf mit, wo Turnfest-Magie entsteht - und erlebe 4 unvergessliche Tage voller Teamspirit, neuer Leute und echter Festival-Stimmung!

- Volunteer-Shirt
- Dankeschön-Bonus
- Turnfest-Goodies
- Jede Menge Spaß!

Sichere Dir  
Deinen Platz  
im Volunteer-  
Team!



**WTB**  
WESTFÄLISCHER TURNERBUND

**RTB**  
RHEINISCHER TURNERBUND



Foto: Adobe Stock/Prostock-studios

**LTF26** **HAMM**  
3. – 7. Juni 2026  
**5. NRW-LANDESTURNFEST 2026**  
[www.nrw-landesturnfest.de](http://www.nrw-landesturnfest.de)

## Angebote der Stadt Hamm aus dem Bereich 800 Jahre Stadt Hamm

### Mittelalter-Markt

4.6. – 7.6.2026 | Maxipark Hamm  
täglich 9 - 19 Uhr

Auf eine Zeitreise ins Mittelalter laden Maxipark und der Tross der Fogelvreien über das lange Wochenende ein. Das Mittelalter mit allen Sinnen erleben, ist das gesetzte Ziel der Veranstaltung und so sind in diesem Jahr noch viele neue Aufführungen mit hinzugekommen, die diese spannende Epoche der Vergangenheit lebendig werden lassen.

Ein bunter Mittelaltermarkt mit über 20 Ständen bietet Handwerk, Handel und kulinarische Genüsse. Ein abwechslungsreiches Kulturprogramm mit Musik, Gauklern, Ritterturnieren und Mitmachaktionen sorgt für Unterhaltung für Groß und Klein. In historischen Lagern wird mittelalterliches Leben lebendig gezeigt – inklusive Schaukämpfen und Greifvogelvorführungen.

Hunde sind im Park nicht erlaubt.

<https://www.maximilianpark.de/veranstaltungen/veranstaltung/mittelalterlicher-markt/>



**WTB**  
WESTFÄLISCHER TURNERBUND

**RTB**  
RHEINISCHER TURNERBUND

LTF26

HAMM  
3. – 7. Juni 2026

5. NRW-LANDESTURNFEST 2026  
[www.nrw-landesturnfest.de](http://www.nrw-landesturnfest.de)

Bühne frei für Eure Show beim LTF 2026!

Ob Tanz, Turnen, Akrobatik oder eine kreative Mischung – an der Pauluskirche habt Ihr die Möglichkeit, Euch als Gruppe auf großer Bühne zu präsentieren! Wir freuen uns auf Eure Performance!

**Sichere Dir** →  
**Deinen Platz**  
**auf der Bühne**





Foto: Richard Dohmen



### Hör mal hin! Hammer Dinge erzählen Stadtgeschichte(n)

29.11.2025 – 14.6.2026  
Gustav-Lübcke-Museum  
Dienstag – Samstag 10 – 17 Uhr,  
Sonntag 10 – 18 Uhr

Die Jubiläumsausstellung im Gustav-Lübcke-Museum nimmt die Besucher mit auf eine Reise durch 800 Jahre Stadtgeschichte.

Die Ausstellung richtet sich dabei sowohl an die Menschen aus Hamm und der Umgebung als auch an Besucher, die einen neuen Zugang zur Geschichte der Stadt suchen. 24 ausgewählte Objekte erzählen die Geschichte Hamms von 1226 bis heu-

te – nicht nur über Texte und Bilder, sondern als Hörspiel per App und Kopfhörer. Inspiriert vom BBC-Podcast A History of the World in 100 Objects, verbindet die Ausstellung historische Ereignisse mit persönlichen Erlebnissen der Hammer Bewohner. Zwei Hörspielversionen – eine für Erwachsene (von Bettina Mittelstraß) und eine für Familien und Kinder (von Denise McConnell) – machen Stadtgeschichte lebendig und unterhaltsam erlebbar.

<https://www.museum-hamm.de>

### Stadttouren rund um Hamm

Hamm bei Stadtpaziergängen und Stadtrundfahrten erleben. Zu Fuß, entspannt per Rad, auf dem Motorrad und bequem im Bus. Wir zeigen es Ihnen: Hamm und Umgebung sind vielseitig!

Die Mitarbeitenden der Insel – Verkehr & Touristik, sind Ihnen gemeinsam mit unseren Stadtführern gerne bei der Programmauswahl behilflich.

Konkrete Stadttouren sind aktuell leider noch nicht bekannt, können aber unter folgendem Link aktualisiert abgerufen werden: <https://www.hamm.de/stadttouren>



### Waldbühne Heessen

Die Waldbühne Heessen ist das besucherstärkste Amateurtheater in Deutschland und fasziniert Jahr für Jahr seine Besucher in der Sommersaison mit drei perfekt inszenierten Stücken. Da die Aufführungen unter freiem Himmel stattfinden, beschränkt sich die Spielzeit auf die Monate Mai bis September. Bis zu 140 Mitwirkende nehmen an den großen Sommer-Inszenierungen teil und garantie-

ren den hohen Unterhaltungswert der Waldbühne. Besonders beeindruckend sind immer wieder die Massenszenen und vor allem die Liebe zum Detail, die in allen Aufführungen das Publikum begeistern.

Das Programm kann unter folgendem Link aktuell abgerufen werden: <https://waldbuehne-heessen.de/>

### HELIOS Theater im Kulturbahnhof

Das HELIOS Theater ist ein freies Theater für junges Publikum mit eigener Spielstätte in Hamm. Es wurde 1989 von Künstlern in Köln gegründet und folgte 1997 dem Angebot der Stadt Hamm, nach Westfalen umzuziehen. 2004 eröffnete es den Kulturbahnhof Hamm, der seitdem die feste Spielstätte des HELIOS Theaters. Hier entstehen neue Stücke, hier wendet sich ein umfassender Spielplan an Menschen aller Altersgruppen. Das Repertoire umfasst aktuell 10 Inszenierungen, fünf davon bereits für die Aller kleinsten ab zwei und drei Jahren. Das Programm für 2026 ist noch nicht bekannt, kann aber unter folgendem Link aktuell abgerufen werden: <https://www.helios-theater.de/>

### Musik in der Pauluskirche

Die musikalische Arbeit an der Pauluskirche wird verantwortet von einem Team engagierter Mitarbeitenden um Reinhard Bersch, Britta Kailuweit und Kreiskantor Heiko Ittig. Außerdem wirken die Dozierenden der Musikschule mit: Johann Ament, Noel Brefried, Eduard Bobowk-Melka, Britta Kailuweit, Viktor Maletych, Takako Oishi, Thiemo Niggemann und Annika van Dyk sowie Kantor Jens-Reinhard und Julia Wagenblaß.

Alle Informationen dazu gibt es unter: [www.kirchenmusik-hamm.de](http://www.kirchenmusik-hamm.de).

*Fotos: Thorsten Hübner, Stadt Hamm*



## EYOF

### Tolle Leistungen von Funk und Prohorov

#### Funk und Prohorov beste Deutsche beim EYOF

Vom 20. – 26. Juli 2025 trafen sich Europas beste Nachwuchssportler zur 18. Ausgabe der European Youth Olympic Festivals (EYOF) in Skopje/Nordmazedonien. Herausragende Leistungen zeigten dabei Aliya-Jolie Funk (KTV Detmold) und Nikita Prohorov (TuS Witten-Stockum), die beide als beste deutsche Turner den Wettkampf beendeten.

Der DOSB unterstützt die Athleten, die unter dem gemeinsamen Dach von Team Deutschland bei internationalen Multisportevents wie den Olympischen Spielen, World Games, Europaspielen und

Beachgames antreten. Die Nachwuchsathleten nehmen bei den Youth Olympic Games und dem European Youth Olympic Festival (EYOF) teil. Das EYOF ist das größte und wichtigste Nachwuchsleistungssportevent für Athleten zwischen 14 und 18 Jahren. Mehr als 3.000 Athleten aus 48 europäischen Ländern waren beim EYOF an 15 Sportarten beteiligt. Der DOSB war mit dem Team Deutschland mit 148 Athleten stark vertreten.

#### Wettbewerbe Gerätturnen EYOF

Für den Wettbewerb Gerätturnen beim EYOF wurden jeweils drei Turner und drei Turnerinnen be-



rufen. Die Wettbewerbe wurden aufgrund der Anforderungen an die Sportstätte im bekannten Turn-Ort Osijek (Kroatien) verlegt.

### Nikita Prohorov

Das männliche Dreier-Team mit Nikita Prohorov, Philipp Steep und Zeno Csuka konnte für das Deutsche Turnteam mit starken Leistungen und besonders Nikita Prohorov mit Gold am Seitpferd und Bronze am Barren sowie Bronze mit dem Turnteam überzeugen. Im Mehrkampf aller Turner konnte sich Nikita Prohorov zudem mit Rang 6 und 76,70 Punkten als bester deutscher Turner unter die Top 10 turnen. Zu Rang 3 fehlten nicht mehr als 0,85 Punkte.

Sein Erfolg bei dieser wichtigsten internationalen Nachwuchsveranstaltung ist ein weiterer Meilenstein in seiner turnerischen Laufbahn und ein Beweis für seine außerordentlichen turnerischen Qualitäten.

### Aliya-Jolie Funk

Aliya-Jolie Funk startete gemeinsam mit Madita Meyer (TV Jetzendorf) und Jonca Özgül (Berliner Turnerschaft) für das Team D. Das Team belegte den 4. Platz mit der Mannschaft. Hervorzuheben ist der 8. Platz von Aliya-Jolie Funk im Einzel-Mehrkampf. Hier erreichte sie 49,80 Pkt. und war damit beste Deutsche in dem mit 96 Teilnehmerinnen stark besetzten Feld. Zudem erreichte sie zwei Gerätefinals und belegte am Stufenbarren Platz 6 und am Boden Platz 10. Für Aliya-Jolie ist das ihre bisher beste und bedeutendste Leistung bei einem internationalen Wettbewerb.

Bericht/Fotos: Peter Dekowski, Michael Gruhl

## WTB-Gymwelt-Convention 2025

Zum Auftakt der NRW-Sommerferien fand in der Landesturnschule Oberwerries die diesjährige Gymwelt-Convention des Westfälischen Turnerbundes statt. Schlossambiente, schweißtreibende Workshops, inspirierende Gespräche und tolle Referenten machten das Event wieder einmal zu einem echten Highlight.

Danke an alle Teilnehmenden für die fantastische Atmosphäre und den gemeinsamen Spaß!

Ein besonderer Moment: Die Verabschiedung von Simone Eggert, langjährige Organisatorin der Convention, in den wohlverdienten Ruhestand. Emotional und herzlich wurde sie verabschiedet durch Marlies Schmale, Vizepräsidentin Gymwelt – begleitet von einem humorvollen Rap von Frauke und Sharon Jackson. Danke, Simone für Dein langjähriges Engagement!



# Gesundheit

# DOPING

## Gefahr für Leistung und Gesundheit im Sport

Doping ist längst kein Problem mehr, das nur den Spitzensport betrifft. Auch im Breitensport greifen immer mehr Menschen zu unerlaubten Mitteln, um ihre Leistung zu steigern, schneller Fortschritte zu erzielen oder schlichtweg mithalten zu können. Der Wunsch nach körperlicher Optimierung trifft auf gesellschaftlichen Druck, Selbstinszenierung und ein wachsendes Angebot an leistungssteigernden Substanzen. Doch der Preis ist hoch: gesundheitliche Risiken, ethische Fragen und ein verzerrtes Bild vom fairen Wettbewerb.

### Wie können sich Leistungs- und Wettkampfsportler vor ungewolltem Doping schützen?

- Infoseite NADA: [www.gemeinsam-gegen-doping.de/was-ist-doping/nahrungsergaenzungsmittel](http://www.gemeinsam-gegen-doping.de/was-ist-doping/nahrungsergaenzungsmittel)
- App der NADA: NADA2go
- Website Kölner Liste: [www.koelnerliste.com/](http://www.koelnerliste.com/)
- App der Kölner Liste: Kölner Liste®App

### Was ist Doping?

Doping ist ein vielfältiger Tatbestand, der den Gebrauch von unerlaubten leistungssteigernden Substanzen oder die Anwendung unerlaubter Methoden im Sport umfasst. Die nationale (NADA) und internationale Anti-Doping-Agentur (WADA) haben in ihren Statuten klar definiert, was genau unter Doping fällt. Laut NADA fällt unter Doping „das Vorliegen eines oder mehrerer der nachfolgend (...) festgelegten Verstöße gegen Anti-Doping-Bestimmungen“ (NADC):

- Vorhandensein einer verbotenen Substanz, ihrer Metaboliten oder Marker in der Probe eines Athleten

- Der Gebrauch oder der Versuch des Gebrauchs einer verbotenen Substanz oder einer verbotenen Methode durch einen Athleten
- Umgehung der Probenahme oder die Weigerung bzw. das Unterlassen, sich einer Probenahme zu unterziehen
- Meldepflichtverstöße
- Die unzulässige Einflussnahme (bzw. der Versuch) auf irgendeinen Teil des Dopingkontrollverfahrens durch einen Athleten oder eine andere Person
- Besitz einer verbotenen Substanz oder einer verbotenen Methode durch Athleten oder betreuende Person
- Das Inverkehrbringen (bzw. der Versuch) einer verbotenen Substanz oder einer verbotenen Methode durch einen Athleten oder eine andere Person

- Die Verabreichung (bzw. der Versuch) jeglicher verbotenen Substanz oder verbotenen Methode durch Athleten oder betreuende Person an jegliche Athleten innerhalb und außerhalb des Wettkampfs
- Tatbeteiligung (bzw. der Versuch) durch einen Athleten oder eine andere Person
- verbotener Umgang eines Athleten oder einer anderen Person mit gesperrten Personen, nicht gesperrten, aber verurteilten Personen sowie Personen, die als Stroh- oder Mittelsmann tätig sind
- Handlungen eines Athleten oder einer anderen Person, um eine Meldung an Institutionen zu verhindern oder Vergeltung dafür zu üben

Es wird deutlich, dass sowohl der bewusste Gebrauch und Besitz unerlaubter Substanzen oder Methoden als auch nur der Versuch, strafbar im Sinne der Anti-Doping-Bestimmungen ist. Wichtig ist auch, dass das Vorhandensein unerlaubter Substanzen im Körper eines Sportlers als Doping gilt, selbst wenn er dies nicht beabsichtigt oder keine Kenntnis davon hat. Daher ist es besonders wichtig auf die Reinheit von Nahrungsergänzungsmitteln (NEM), Arzneimitteln und auch Lebensmitteln zu achten, damit bei einer potenziellen Dopingkontrolle keine böse Überraschung wartet.

### Welche Substanzen zählen zum Doping?

**ZU JEDEM ZEITPUNKT (INNERHALB DES WETTKAMPFES UND AUSSERHALB IM TRAINING) VERBOTEN**

#### Nicht zugelassene Substanzen

pharmakologisch wirksame, aber nicht durch eine staatliche Gesundheitsbehörde für die therapeutische Anwendung beim Menschen zugelassene Substanzen (z.B. Tiermedikamente)

#### Anabolika

Steroide, Selektive Androgen-Rezeptor-Modulatoren (SARM)

#### Peptidhormone, Wachstumsfaktoren, verwandte Substanzen und Mimetika

Erythropoetin (EPO), Wachstumshormon HGH, Hypoxie-induzierte-Aktivatoren (HIF) wie Cobalt und Xenon

#### Beta-2-Agonisten

Asthmaspray (Formoterol, Salbutamol, Salmeterol, Vilanterol sind bis zu einer bestimmten Dosierung erlaubt)

#### Hormone, Stoffwechselmodulatoren

Selektive Estrogen-Rezeptor-Modulatoren (SERM) wie Tamoxifen, Antiöstrogene wie Clomifen, Insulin

#### Diuretika, Maskierungsmittel

Hydrochlorothiazid, Probenecid – Substanzen dieser Klasse wirken nicht leistungssteigernd, verdünnen den Urin und führen zu einer verstärkten Urinausscheidung mit kurzfristiger Gewichtsreduktion, was als unerlaubte Methode eingestuft wird

**NUR IM WETTKAMPF VERBOTEN****Stimulanzien**

Amphetamine, Kokain oder Methylphenidat  
Ephedrin und Pseudoephedrin (in einigen Erkältungsmitteln enthalten)

**Narkotika**

Betäubungsmittel (z. B. Heroin, Morphin und Methadon)

**Cannabinoide**

Natürlich und synthetisch hergestelltes Cannabis, Haschisch, Marihuana und THC

**Glucocorticoide**

z.B. Cortisol

**NUR IN BESTIMMTEN SPORTARTEN**

(Präzisions- und Konzentrationssportarten)

**Verboten, in denen innere Ruhe und hohe Konzentration wichtig sind (z.B. Schießsport)**

**Betablocker**

in Medikamenten gegen Bluthochdruck, Migräne und Herzkrankheiten, wirken beruhigend

**Welche Methoden zählen zum Doping?**

**SOWOHL AUSSERHALB ALS AUCH INNERHALB VON WETTKÄMPFEN**

**VERBOTEN SIND:****Manipulation von Blut und Blutbestandteilen**

- Verabreichung, Wiederaufnahme von Eigen- oder Fremdblut oder Produkten aus roten Blutkörperchen in den Blutkreislauf
- künstliche Erhöhung der Sauerstoffaufnahme, des Sauerstofftransports oder der Abgabe von Sauerstoff im Blut
- Anwendung von chemischen und physikalischen Mitteln, um Blut oder Blutbestandteile in den Gefäßen zu verändern

**Chemische und physikalische Manipulation**

- Manipulation der Urin- oder Blutprobe während einer Dopingkontrolle (Austausch, Verfälschung)

**Gen- und Zelldoping**

- Verwendung von Nukleinsäuren oder -Analoga zur Veränderung von Genomsequenzen und/oder der Genexpression zur möglichen Leistungssteigerung
- Anwendung normaler oder genetisch veränderter Zellen zur möglichen Leistungssteigerung

**Ziele und Folgen von Doping**

Doping dient dazu, die körperliche und/oder mentale Leistungsfähigkeit mit Hilfe von Substanzen und Methoden, die von der NADA und WADA als unerlaubt eingestuft werden, zu steigern.

Es soll im Training und im Wettkampf die Leistung und damit Erfolge erhöhen und sichern. Allerdings gehen diese

Erfolge mit deutlich höheren Kosten einher, als dass die im Vergleich recht kurze Dauer des Erfolgs diese rechtfertigen könnte. Überführte Doping-sünder haben in den verschiedensten Lebensbereichen lange mit den Konsequenzen ihres unfairen und unsportlichen Handelns zu leben.

Doping hat neben gesundheitlichen und körperlichen Folgen auch negative Konsequenzen im sportlichen, sozialen, rechtlichen und finanziellen Bereich.

**Gesundheitlich**

- Schädigungen des Herz-Kreislauf-Systems
- Erhöhtes Risiko für Herzinfarkt, Krebs, Leberschäden
- Hormonelle Veränderungen durch Anabolika (Virilisierung bzw. Vermännlichung bei Frauen: tiefere Stimme, vermehrte Körperbehaarung, Ausbleiben des Menstruationszyklus; Gynäkomastie bzw. Vergrößerung der Brust bei Männern)
- körperliche und psychische Abhängigkeit
- erhöhte Sterblichkeitsrate

**Sportlich**

- Sperrung und damit Ausschluss vom organisierten Sport (Verein, Wettkämpfe, Trainingsstätten)
- meistens Karriereende
- Imageschäden für die Sportart
- Aberkennung der Erfolge und Siege

**Sozial**

- Imageschaden, Verlust von Ansehen und Respekt für die eigene Person
- Imageschaden für die Sportart
- Isolation
- Es kann zu Hass und Shitstorms seitens der Fans kommen
- Die Person ist oft für den Rest des Lebens gebrandmarkt

**Rechtlich**

- Sanktionierung, Verwarnung oder zeitlich begrenzte bis hin zu lebenslanger Sperre in Abhängigkeit von
- der Art des Dopingverstoßes
- mit welchem Mittel
- bewusst und willentlich oder unbewusst und unwillentlich
- einmalig oder mehrfach

**Finanziell**

- insbesondere bei Profis fällt durch eine Sperrung die finanzielle Grundlage weg, da keine Wettkämpfe bestritten werden dürfen und somit keine Einnahmen durch Preisgeld gemacht werden
- Sponsoren können Verträge kündigen
- oft müssen Erworbene Preis- und Förderungsgelder zurückgezahlt werden
- durch fehlende Einnahmen und den Rückzahlungen kann im schlimmsten Fall eine Verschuldung entstehen

**Der schmale Grat zwischen Leistungsoptimierung und Manipulation: zählen Nahrungsergänzungsmittel zum Doping?**

Heutzutage gibt es eine Vielzahl an Produkten, die verschiedene gesundheitliche, körperliche und sportliche Benefits versprechen: Eiweißpulver für stärkeres Muskelwachstum, Recovery-Shakes für eine verbesserte Erholung, Energy-Booster für mehr Kraft und Konzentration sind nur einige Beispiele. Die Nachfrage nach diesen Produkten lässt sich dem in den letzten Jahren stark anwachsendem Trend der Selbstoptimierung und Leistungssteigerung zuschreiben. Insbesondere auf Social Media bewerben Influencer auf eindrückliche Art und Weise Pulver, Riegel und vieles mehr, die zu einem gesünderen und leistungstärkeren Körper verhelfen sollen. Doch wie viel Wahrheit steckt hinter den verführerischen Versprechen dieser Nahrungsergänzungsmittel (NEM)? Und wenn NEM wirklich der Leistungssteigerung dienen, ist dies legal oder zählt es zur Kategorie Doping? Dieser Frage gehen wir in der nächsten TurnZeit-Ausgabe nach.

*Philine Wernke*

## Studie: Mehr als Medaillen?

*Was sich unsere Gesellschaft vom Leistungssport erwartet.*

Im Auftrag des Deutschen Olympischen Sportbunds und von Athleten Deutschland hat das SINUS-Institut 2024/25 eine Multi-Method-Studie zum Thema *Mehr als Medaillen. Was sich unsere Gesellschaft vom Leistungssport erwartet.* durchgeführt.

Zielsetzung des Projekts war die ganzheitliche und differenzierte Darstellung der aktuellen Wahrnehmung des Leistungssports und der Leistungssportförderung in der Gesellschaft sowie die Überprüfung und Beschreibung des gesellschaftlichen Nutzens des Leistungssports. Das Projekt soll im Rahmen des Bund-Länder-Sport AG Prozesses für das Feinkonzept der Spitzensportreform einen Beitrag zu einer Zieldebatte für die künftige Spitzensportförderung liefern. Aufbauend auf den Untersuchungsergebnissen sollen Vorschläge für aktualisierte Ziele der deutschen Spitzensportförderung sowie Handlungsempfehlungen für strategische Maßnahmen der Förderung erarbeitet werden. Das Projekt wurde von einem Beirat aus Experten aus dem organisierten Sport, der Wissenschaft, der Politik, den Medien, der Wirtschaft und der Zivilgesellschaft begleitet.

### Zentrale Studienergebnisse

**Gesellschaftlicher Nutzen:** Der Leistungssport wird von einer breiten Mehrheit als gesellschaftlich wertvoll angesehen – u. a. für Zusammenhalt, Wertevermittlung, Breitensportförderung und Völkerverständigung. Seine Rolle als internationaler Imageträger wird dagegen weniger betont. **Wahrgenommene Risiken:** Doping, Gewalt, sexueller Missbrauch und hoher Leistungsdruck gelten als zentrale Risiken. Die Sensibilität dafür ist durchgehend hoch. **Förderung:** Zwei Drittel zeigen



wenig Interesse an der staatlichen Leistungssportförderung, halten sie aber mehrheitlich (74 %) für wichtig. Noch höher wird die Bedeutung der Breitensportförderung eingeschätzt. Die Bevölkerung erwartet von der Leistungssportförderung nicht nur sportliche Erfolge, sondern auch einen sozialen und ethischen Effekt.

Die Autoren: Dr. Marc Calmbach, Berthold Bodo Flaig, Dr. Rusanna Gaber.

Ein Download der gesamten Studie ist möglich unter [www.sinus-institut.de/media-center/studien/sinus-studie-leistungssport](http://www.sinus-institut.de/media-center/studien/sinus-studie-leistungssport).

## Die BewegungsLandkarte

*Sport- und Bewegungsangebote sichtbar machen – BeLa*

Seit April 2023 ist die BewegungsLandkarte (BeLa) unter <https://bewegungslandkarte.de> online.

Diese innovative Plattform bietet die Möglichkeit, die Sichtbarkeit der Sport- und Bewegungsangebote deutlich zu steigern. Viele Vereine sind schon dabei und es sollen mehr werden. Mittlerweile finden sich dort über 120.000 Bewegungsangebote.

Die BewegungsLandkarte des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) ist ein zentrales Online-Tool, das Vereinen und Sportinteressierten gleichermaßen zugutekommt. Hier sind einige wichtige Informationen dazu:

### Zweck der BewegungsLandkarte

**Zentralisierung von Sportangeboten:** Die BewegungsLandkarte sammelt die vielfältigen Sportangebote der rund 87.000 Sportvereine in Deutschland an einem zentralen Ort.

**Erleichterter Zugang:** Sie ermöglicht es Interessierten, passende Sportangebote in ihrer Umgebung einfach und nutzerfreundlich zu finden.

**Förderung des Sports:** Die Karte ist Teil des ReStart – Sport bewegt Deutschland-Programms, das den Neustart des Sports nach der Corona-Pandemie unterstützt.

### Nutzung für Vereine

**Eintragung von Angeboten:** Vereine können ihre Sportangebote und Veranstaltungen eigenständig in die BewegungsLandkarte eintragen.

**Erhöhte Sichtbarkeit:** Durch die Eintragung profitieren Vereine von der erhöhten Sichtbarkeit ihrer Angebote

**Kostenfreie Nutzung:** Die Nutzung der BewegungsLandkarte ist für Vereine kostenfrei.



### Vorteile für Sportinteressierte

**Vielfältige Angebote:** Von Gesundheitssport über Schwimmkurse bis hin zu Angeboten aus dem Behindertensport – die BewegungsLandkarte bietet eine breite Palette an Sportmöglichkeiten.

**Einfache Suche:** Nutzer können gezielt nach Sportangeboten in ihrer Nähe suchen und sich über Details informieren.

### Weitere Informationen

**Erklärvideos:** Der DOSB stellt kurze Erklärvideos zur Nutzung der BewegungsLandkarte bereit, die auf der Website verfügbar sind.

**Nutzungsbedingungen:** Die allgemeinen Nutzungsbedingungen regeln die Nutzung der BewegungsLandkarte und sind auf der Website einsehbar unter <https://bewegungslandkarte.de/nutzungsbedingungen-1>.

# 118. Gillerberg-Turnfest

400 Ehrenamtliche machen den Giller erst möglich



Vom 4. – 6. Juli 2025 ging es am Zauberberg Giller wieder hoch her. Denn es startete die diesjährige 118. Auflage des Bergturnfests. Die Zahlen stimmen die Organisatoren (Siegerland Turngau, TG Grund, Arbeitsgemeinschaft Gillerberg-Turnfest) froh. Deutlich über 2.000 Anmeldungen nahmen daran teil und zahllose Besucher kamen zum Bergturnfest als Gäste. Gelebte Vereinsarbeit, Turntradition und sportliche Unterhaltung für jedes Alter erlebt man hier an allen Ecken und Enden. Damit auf der Ginsberger Heide alles rund läuft, sind 400 Ehrenamtler am Start. Vor allem die TG Grund ist mit Mann und Maus im Einsatz. Vorsitzender Oliver Strahmann ist im Vorfeld jeden Abend mit 30

– 40 Helfern auf der Festwiese und den Sportanlagen am arbeiten. Die Spuren eines großen Kultur-events, das immer an Pfingsten an diesem besonderen Standort mitten im Wald stattfindet, müssen beseitigt werden: „Das ist gelebte Praxis seit Jahren. Der Sportplatz ist dieses Jahr in gutem Zustand übergeben worden, da die Auf- und Abbautage für KulturPur trocken blieben. Allerdings muss die Politik vor Augen haben, dass dringend eine Modernisierung in der Form einer neuen Drainage nötig wird.“ Eine Aufgabe die der Siegerland-Turngau nun mit der Politik besprechen muss. Die TG Grund ist übrigens seit 1953 ununterbrochen Ausrichter des Bergturnfestes.



## Neuer Sonnenschutz dank Heimatpreis

Gut 152 Zelte und Pavillons werden deshalb auf dem Berg aufgestellt und verwandeln die Ginsbergerheide in einen großen Campingplatz. „Sonne oder Regen, die Wetterbedingungen sind hier oft extrem. Gut 3.500 Euro wurden jetzt in Sonnenschutzsysteme investiert. Und davon wurde dieses Jahr bereits reichlich Gebrauch gemacht“, erklärt Jens Dolligkeit, der Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft Gillerberg-Turnfest. Das Geld konnte der Siegerland Turngau aus dem Preisgeld des Siegen-Wittgensteiner Heimatpreis 2025 bereitstellen, den der Turngau jetzt für das traditionsreiche Turnfest erhielt. Ein Preis auf den die Ehrenamtlichen stolz sind. Apropos Geld. Ohne starke Partner ist so ein großes Sportereignis nicht zu stemmen. Die Hauptsponsoren, die Sparkassen Siegen-Witt-

genstein und Olpe, Hundhausen und Krombacher o.o haben auf der Pressekonferenz mitgeteilt, auch die nächsten Jahre finanziell zu unterstützen. Auch rund 20 weitere Firmen unterstützen das Turnevent im Schatten der Ginsburg finanziell oder mit Sachmitteln. Der Siegerland Turngau dankt für diese wertvolle Unterstützung.

## Vor allem Kinder und Jugendliche am Start

Der Schwerpunkt des Sportangebotes liegt bei den traditionellen Sportarten, insbesondere der Leichtathletik und dem Gerätturnen. Auch Schwimmen, das im Hallenbad im nahegelegenen Dahlbruch durchgeführt wird, ist fester Bestandteil der Wettkämpfe. Besonders stark wurde für die Kinder- und Jugendwettkämpfe gemeldet. Hier steigen die Teilnehmerzahlen weiter nach oben. Aber auch das Beachvolleyballturnier, die KGW/TGW-Wettkämpfe und die Langlaufstrecken am Freitag sind sehr gut nachgefragt. Etwas schwächer nachgefragt sind die Senioren-Leichtathletikwettkämpfe, dennoch waren auch hier viele bekannte Gesichter des heimischen Sports wie selbstverständlich am Berg dabei. Das war schon immer so und soll so bleiben.





Man trifft sich einfach hier. Der älteste Teilnehmer war Rudi Habicht vom TVE Dreis-Tiefenbach mit immerhin stolzen 93 Jahren. Das Turnfest ist eine Veranstaltung für alle Generationen. Einen Wehrmutstropfen gibt es allerdings: Am Wochenende musste wegen der Schweinepest bei Kirchhundem der Orientierungslauf abgesagt werden, da der Giller theoretisch in der erweiterten Schutzzone liegt. Das ist sehr schade, da 48 Läufer allein für diese Sportart gemeldet hatten. Auch das wäre eine sehr gute Beteiligung gewesen. Aber Sicherheit geht vor. Nina Stahl, Guido Müller und Friederike Menn sind als Gau-Vorsitzende stolz auf diese Traditionsveranstaltung: "Es ist eines der letzten große Bergturnfeste in Deutschland. Wenn man auf die aktuellen Zahlen schaut, dann wird das hoffentlich für ewig so weitergehen. Aktuell spricht hier gar nichts gegen. Das Bergturnfest erlebt derzeit eine starke Zeit!", so die drei unisono und zufrieden.

*Guido Müller, Siegerland Turngau*

## Tanzwerkstatt – Tänze aus aller Welt

Am 9. November 2025 lädt der Westfälische Turnerbund zur Tanzwerkstatt in die Landesturnschule Oberwerries ein. Einen ganzen Tag lang erwartet die Teilnehmenden ein vielfältiges Workshop-Programm mit internationalen Tänzen und aktuellen Trends aus der Tanzszene.

Unter der Anleitung renommierter Referenten – darunter Reggaeton Profi Babak Davallou – können neue Impulse gesammelt, das eigene Repertoire erweitert und tänzerische Vielfalt erlebt werden. Die Veranstaltung ist mit 8 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung anerkannt.

Die Tanzwerkstatt richtet sich an Übungsleitende, Tanzbegeisterte und alle, die sich weiterbilden oder einfach Freude an Bewegung haben.

Weitere Informationen auf unserem Instagram Kanal @wtj.tuju oder wtj.wtb.de.





## Zehn Jahre #BEACTIVE

DTB startet mit neuer Kampagne in die Europäische Woche des Sports

Die Europäische Woche des Sports feiert in diesem Jahr ihr zehnjähriges Bestehen. Seit 2015 setzt sich die Initiative der Europäischen Kommission dafür ein, Menschen in ganz Europa zu einem aktiveren Lebensstil zu motivieren. Millionen Teilnehmende in allen Mitgliedsstaaten machen die Kampagne zu einem der größten Bewegungsprojekte der Welt.

In Deutschland ist der Deutsche Turner-Bund (DTB) seit 2016 nationaler Koordinator der Aktionswoche, die jährlich vom 23. bis 30. September stattfindet. Bereits ab dem 1. September starten erste Maßnahmen und Aktionen im Rahmen von #BeActive. Kofinanziert wird die Kampagne von

der Europäischen Union (EU) und in Deutschland zusätzlich vom Bundesministerium des Innern (BMI) gefördert. Der DTB ist mit seinem flächendeckenden Netzwerk von Vereinen, vielfältigen Bewegungsangeboten und seiner langjährigen Erfahrung ein idealer Partner für die Umsetzung der EU-weiten Bewegungskampagne.

### *Bewegungsmangel bleibt eine Herausforderung*

Der Bedarf ist größer denn je: Laut Eurobarometer ist mehr als jeder zweite Erwachsene in Europa körperlich nicht ausreichend aktiv, in Deutschland zeigt sich ein ähnliches Bild. Die Förderung von Be-

wegung, Sport und einem aktiven Lebensstil bleibt daher eine zentrale gesellschaftliche Aufgabe.

### *Neue Kampagne mit starkem Auftritt*

Anlässlich des Jubiläums startet der DTB in diesem Jahr mit einer überarbeiteten Kampagne in die Europäische Woche des Sports. Die kreative Entwicklung wurde von der Berliner Agentur DieckertJones verantwortet. Mit frischem Design, einer differenzierten Zielgruppenansprache und neuen Bildwelten will die Kampagne noch sichtbarer, moderner und relevanter werden, sowohl im digitalen Raum als auch vor Ort bei Veranstaltungen.

Im Fokus stehen dabei zwei zentrale Zielgruppen:

- Ausrichtende von Veranstaltungen, z.B. Sportvereine, Schulen, Fitnessstudios, Unternehmen oder Kommunen, die im Aktionszeitraum eigene Angebote für Bewegung und Sport schaffen.
- Teilnehmende, insbesondere Menschen mit bisher wenig Bewegung im Alltag, die zu einem aktiveren Lebensstil motiviert werden sollen.

### *Modern, emotional, aktivierend*

Mit einer Reihe plakativer, auffälliger Kampagnenlinien und einem Mix aus primär digitalen, aber auch klassischen Maßnahmen bringt der DTB den bekannten Hashtag #BeActive zum zehnjährigen Jubiläum neu in Bewegung. Die Gestaltung orientiert sich dabei an erfolgreichen Sportmarken und nutzt bewusst überraschende, humorvolle und aktivierende Botschaften, die zur Interaktion anregen.

### *Jetzt mitmachen und Europa in Bewegung bringen*

Jede Institution, jeder Verein, jede Schule, jedes Unternehmen kann Teil der Kampagne werden, ob mit einem Aktionstag, einem offenen Training oder einem niedrigschwelligen Bewegungsangebot. Für

Ausrichtende stellt der DTB umfassende Unterstützung und Kommunikationsmaterialien bereit. Alle Informationen gibt es unter [www.beactive-deutschland.de](http://www.beactive-deutschland.de).



# Menschen

## Nachruf Albert Wiemers



Albert  
Wiemers

Mit großer Trauer haben wir vom Tod Albert Wiemers erfahren, der am 11. Juli 2025 nach kurzer, schwerer Krankheit im Alter von 67 Jahren verstorben ist. Albert war eine herausragende Persönlichkeit des deutschen Turnsports. In den 1980er Jahren engagierte er sich mit großem Herzblut als Landesjugendfachwart für das Kunstturnen im WTB. Nach seiner Heirat zog er nach Biedenkopf in Hessen, wo er gemeinsam mit seiner Familie ein beeindruckendes sportliches Kapitel schrieb: Unter seiner Leitung schaffte die KTV Obere Lahn den Aufstieg in die 1. Bundesliga – ein

Beweis seines unermüdlichen Engagements, seines visionären Denkens und seiner außergewöhnlichen Fachkompetenz.

Unvergessen bleiben auch die von Albert initiierten Skifreizeiten der Westfälischen Turn(er)jugend, die er ab 1985 gemeinsam mit Erich Hofmann ins Leben rief. Über 15 Jahre hinweg wurden diese Fahrten zu einer festen Größe im Jahreskalender und prägten das Gemeinschaftsgefühl vieler junger Menschen nachhaltig.

Der Westfälische Turnerbund verliert mit Albert Wiemers nicht nur einen engagierten Mitstreiter, sondern einen Freund, Mentor und Visionär. Sein Erbe wird in jeder Turnhalle, in der mit Leidenschaft geturnt wird, weiterleben.

Unsere Gedanken sind bei seiner Familie und allen, die ihm nahestanden.

## Verstärkung für den Leistungs-/Wettkampfsport im WTB gesucht!

Der Westfälische Turnerbund (WTB) sucht zum 1. November 2025 einen engagierten Leistungs-/Wettkampfsportkoordinator (m/w/d) in Voll- oder Teilzeit.

Die Position ist zentral und umfasst die Weiterentwicklung des Leistungs- und Wettkampfsports im WTB. Der Koordinator übernimmt das Management der Leistungssportfördermittel, wirkt an Struktur- und Entwicklungsplänen mit und ist die Ansprechperson für die olympischen Sportarten. Darüber hinaus gehören die Betreuung der Landesleistungs- und Verbandsstützpunkte sowie der Landeskader zu den Kernaufgaben. Auch die Beantragung und Begleitung von Turntalentschulen und -zentren fällt in diesen Verantwortungsbereich.

Ein wichtiger Teil der Arbeit ist zudem die Vernetzung: Als Schnittstelle zum Landessportbund NRW, zum Deutschen Turner-Bund und der Sportstiftung NRW vertritt der Leistungsportkoordinator die Interessen des WTB in verschiedenen Gremien. Gesucht wird eine Persönlichkeit mit sportwissenschaftlichem oder vergleichbarem Studium, Erfahrung im Leistungssport oder Sportmanagement, Organisationstalent sowie Kommunikationsstärke. Auch Flexibilität ist gefragt: Dienstreisen und Einsätze an Wochenenden gehören mit zum Aufgabenprofil.

Der WTB bietet für diese verantwortungsvolle Tätigkeit ein kollegiales Arbeitsumfeld, Gestaltungsspielraum bei der Weiterentwicklung der Leistungssportstrukturen, Fortbildungsmög-

lichkeiten und eine angemessene Vergütung. Interessierte können ihre Bewerbungsunterlagen bis zum 30. September 2025 per E-Mail an [bewerbung@wtb.de](mailto:bewerbung@wtb.de) senden. Für Fragen steht Geschäftsführer Carsten Rabe, Tel. 02388 30000-22 gerne zur Verfügung.

## Wechsel auf der Kommando-Brücke

**Amtswechsel im Karl-Drewer-Turnerhilfswerk**  
Seit 2010 steht das Karl-Drewer-Turnerhilfswerk e.V. unter der Führung von Gerda Ottner. Bereits seit 1991 war sie stellvertretende Vorsitzende. Nun war es an der Zeit, den Staffelstab weiterzugeben. Über Gerda Ottner muss man wohl im WTB nicht viel erklären. Als Gauvorsitzende des Märkischen Turngaus, in vielen Aufgaben im WTB oder als hauptamtliche Kraft bei Deutschen Turnfesten und Weltmeisterschaften ist sie vielen Turnern bekannt. Ihre Arbeitskraft und ihre liebenswerte Art mit Menschen umzugehen, hat sie zu einer Ikone des WTB gemacht.

Schon langfristig hat sie nach einem Nachfolger gesucht und ihn an die Arbeit herangeführt. So wählte die Mitgliederversammlung Frank Trendelkamp zum neuen Vorsitzenden des Turnerhilfswerks. Frank war in den 90er-Jahren als Mitglied des Kleinen Jugendausschusses der WTJ für das Jugendturnen und die Öffentlichkeitsarbeit der Jugend unterwegs.

Mit kurzen Worten erklärte er den Mitgliedern, dass das Turnerhilfswerk mit seinen Möglichkeiten wieder mehr in den Fokus der Vereine und Mitglieder rücken soll. Gerda wird den Vorstand mit ihrer Erfahrung weiterhin unterstützen.

Der Vorstand wird die nächsten Jahre darüber hinaus aus Anne-Marie von der Maulenhof, Gerda Krell, Frauke Hein, Aaron Schmidt, Tanja Fiedler und Carsten Rabe bestehen. Silke Stockmeier und Klaus Pradler unterstützen den Vorstand bei Be-



darf. Wir danken Gerda für ihren langjährigen Einsatz!

Frank Trendelkamp

## Ehemaligentreffen

Der Westfälische Turnerbund ist weitaus mehr als eine Organisation für am Turnen passiv und aktiv interessierte Menschen.

Das zeigte sich beim Ehemaligentreffen des Turnerhilfswerkes, zu dem sich 43 Turnschwester und Turnbrüder angemeldet hatten, das im Deutschen Turnerbund seinesgleichen sucht. Denn das Turnerhilfswerk versteht sich als ein vorwiegend selbsttragendes Sozialwerk, dessen Ziel es ist, dort zu helfen, wo die finanziellen Kräfte des Einzelnen nicht ausreichen, um Not zu beheben oder wenigstens zu lindern, die durch turnerisch-sportliche Betätigung entstanden sind.

Daran wird sich auch zukünftig nichts ändern, wie der neue Vorsitzende beteuerte. Gleichsam als Begrüßungsspruch gab ihm Gerda Ottner mit auf den Weg: „Jeder einzelne Tag ist etwas Besonderes. Also genieße ihn und freue Dich auf viele großartige Augenblicke. Setze Dir Ziele für einen Tag und versüße Deine Arbeit mit gleichgesinnten Freunden. Damit der Gedanke der Selbsthilfe in der westfälischen Turnbewegung weiter lebendig bleibt.“

Hans-Joachim Dörrer

# Pinnwand



## Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt

### Die Wahl Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt

Die Stiftung gibt dem Ehrenamt Impulse und bietet ganz konkrete Hilfestellungen für alle Fragen rund um den ehrenamtlichen Alltag.

Mit dem Förderprogramm Transform\_D möchte sie u.a. Vereine unterstützen, den Wandel aktiv zu gestalten durch Förderung, Vernetzung, Beratung und Bildung.

Es können bis zu 100.000 € für Projekte in einem der drei Themenfelder Digitalisierung, Klimawandel oder Gesellschaftlicher Zusammenhalt gewährt werden.

Die Antragsphase startet am 1. September. Alle Informationen dazu gibt es unter [www.deutsche-stiftung-engagement-und-ehrenamt.de/foerderung/transformd](http://www.deutsche-stiftung-engagement-und-ehrenamt.de/foerderung/transformd).

### Die DTB-Akademie feiert 30 Jahre Jubiläum!

Der DTB-Akademiestandort Hamm gibt im Rahmen des 30-jährigen Bestehens der DTB-Akademie für drei Maßnahmen einen einmaligen Rabatt von 20,- € pro angemeldeten Teilnehmer: LG 25912210 Rückengymnastik, LG 25911100 Drums Alive-Instructor und LG 25912300 DTB-Kursleiter Menschen mit Demenz bewegen.

Lehrgang buchen und im letzten Schritt des Buchungsvorgangs im Feld Nachricht an den Ausrichter das Stichwort BIRTHDAY30 eingeben. Jetzt

heißt es: schnell buchen, einen Platz sichern und Geld sparen!

### Mach mit im Team #Herzsicher

Herzsicher ist eine gemeinsame Initiative der Björn Steiger Stiftung, der Deutschen Herzstiftung und des Deutschen Fußball-Bundes (DFB). Unser Ziel ist es, lebensrettende Fähigkeiten flächendeckend in der Gesellschaft zu verankern und dadurch die Überlebenschancen bei plötzlichem Herzstillstand deutlich zu erhöhen.

**HERZSICHER.**  
GEMEINSAM LEBEN RETTEN.

Kostenfreie Schulungen zur Wiederbelebung und zum Einsatz von AED-Geräten sind das Herzstück der Initiative. Gemeinsam mit zertifizierten Erste-Hilfe-Trainern des Verbandes privater Erste-Hilfe Schulen (VpEH) wird dieses Wissen dorthin gebracht, wo es gebraucht wird – Vereinsheime, Büros und Wohnzimmer in ganz Deutschland.

Lebensretter werden und Schulung buchen unter [www.herzsicher.de/Schulung-buchen/](http://www.herzsicher.de/Schulung-buchen/)

## Lust auf noch mehr TurnZeit?

Seit diesem Jahr hat das WTB-Verbandsmagazin einen neuen Namen, ein neues Layout und ein neues Format. Mit der TurnZeit möchten wir weiterhin unsere Mitglieder über Interessantes aus dem Verband, in den Turnsportarten und dem Sport informieren.



Die TurnZeit steht digital kostenfrei unter [www.wtb.de](http://www.wtb.de) als Download zur Verfügung.

## TurnZeit als Druckexemplar jetzt abonnieren!

Für alle, die die TurnZeit gerne in gedruckter Form haben möchten, bieten wir ein Jahresabo an. Viermal im Jahr bekommt Ihr mit dem Jahresabo die TurnZeit frisch gedruckt nach Hause geliefert. **Ein Jahresabo inkl. Versand kostet 48,- €.**

Bei Interesse schicken wir Euch gerne ein Antragsformular zu oder Ihr nutzt die Möglichkeit, das Formular unter [www.wtb.de](http://www.wtb.de) im Bereich Downloads/TurnZeit herunterzuladen. Ansprechpartner für das Abo ist Georgina Smeilus, [smeilus@wtb.de](mailto:smeilus@wtb.de).

## Impressum

Herausgeber  
Westfälischer Turnerbund e.V.  
Zum Schloss Oberwerries | 59073 Hamm  
Telefon 02388 300000 | [www.wtb.de](http://www.wtb.de)  
V.i.S.d.P.  
Oliver Rabe, Vizepräsident Verbandsentwicklung  
Redaktion  
Kirsten Brüggemann, Telefon 02388 3000040, [brueggemann@wtb.de](mailto:brueggemann@wtb.de)  
Gestaltung  
Dipl.-Des. Tina Elges | [www.elges-grafik.de](http://www.elges-grafik.de)

Wir verwenden ausschließlich die männliche Form in unseren Texten aus Gründen der besseren Lesbarkeit. Selbstverständlich sind dabei alle Geschlechter gemeint!

## Die Turngaue des WTB

Ihre Ansprechpartner vor Ort

### Emscher-Ruhr-Turnverband

zur Zeit nicht besetzt  
<https://emscherruhrturngau.de>

### Hellweg-Märkischer Turngau

Laura Gödecke | [laura.goedecke@hmt-turngau.org](mailto:laura.goedecke@hmt-turngau.org)  
[www.hmt-turngau.de](http://www.hmt-turngau.de)

### Lenne-Volme-Turngau

Thomas Machatzke | [tmachatzke@googlemail.com](mailto:tmachatzke@googlemail.com)  
[www.lenne-volme-turngau.de](http://www.lenne-volme-turngau.de)

### Lippischer Turngau

Doris Tölle | [info@lippischer-turngau.de](mailto:info@lippischer-turngau.de)  
[www.lippischer-turngau.de](http://www.lippischer-turngau.de)

### Märkischer Turngau

Geschäftsstelle | [gst@maerkischer-turngau.de](mailto:gst@maerkischer-turngau.de)  
[www.maerkischer-turngau.de](http://www.maerkischer-turngau.de)

### Minden-Ravensberger Turngau

Philine Wernke | [presse@miratu.de](mailto:presse@miratu.de) | <https://miratu.de>

### Ostwestfälischer Turngau

Christa Wissing | [christa-wissing@t-online.de](mailto:christa-wissing@t-online.de) | [www.owtg.de](http://www.owtg.de)

### Turngau Münsterland

Achim Ronczkowski | [presse@turngau-muensterland.de](mailto:presse@turngau-muensterland.de)  
[www.turngau-muensterland.de](http://www.turngau-muensterland.de)

### Sauerländer Turngau

Friedrich Voss | [friedrich-voss@t-online.de](mailto:friedrich-voss@t-online.de)  
[www.sauerlaender-turngau.de](http://www.sauerlaender-turngau.de)

### Siegerland Turngau

Marcel Krombach | [mail@mkrombach.de](mailto:mail@mkrombach.de)  
[www.siegerland-turngau.de](http://www.siegerland-turngau.de)



# Mehr als nur ein Glücksmoment.

## Weil Sport uns alle verbindet,

engagieren sich die Sparkassen in Westfalen-Lippe als Partner des Westfälischen Turnerbundes für den Breiten- und Spitzensport sowie für die Nachwuchsförderung.



**Weil's um mehr als Geld geht.**



Sparkassen  
in Westfalen-Lippe