



08:45 bis 09:30		Morgenimpuls				Morgenimpuls				Morgenimpuls	
Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 1 + 2		Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 3	Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 4	Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 5	Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 7	Martin Behaim Gymnasium Dreifachhalle 1	Martin Behaim Gymnasium Dreifachhalle 2	Martin Behaim Gymnasium Dreifachhalle 3	Martin Behaim Gymnasium Zweifachhalle	Gretel Bergmann Schule Halle 1	Gretel Bergmann Schule Halle 2
10:00 bis 11:30	WS 1101 All FA FuG GRT 4STREATZ@ #tanzwiedubist Marcus Schweppe	WS 1102 All FA FuG Spaß mit Tabata Dr. Martina Braun	WS 1103 All FA FuG P S Mobility Training - funktionelle Beweglichkeit im Alltag und Sport Klaus Kaczkowski	WS 1104 All FuG P S Chairdance Daniela König	WS 1105 All FuG P S Ajambow@ SLOW - Taktgefühl trifft Senioren und bewegungseingeschränkte Menschen Susan Schmidt	WS 1106 All GTB J Nicht schon wieder Runden laufen – abwechslungsreiche Erwärmungsprogramme Katharina Warter	WS 1107 All GRT GTB J K BT CH Große Momente für kleine Künstler – Auftritte im Verein planen Claudia Herbig	WS 1108 All GTB GRT J PAK GT OL RH RSG T BT CH Neurozentriert individualisieren: Tests & Tools für personalisierte Trainingssteuerung im Turnen Luise Walther	WS 1109 All GRT J CH Jazz Dance Technik Julia König	WS 1110 All K Kleine Spiele - Große Wirkung Maximilian Schubert	WS 1111 All J K PK PowerKids – Krafttraining leicht gemacht Sophie Lex
	WS 1201 All FA FuG WORLD JUMPING basic meets dance Jasmin Mechler	WS 1202 All FA FuG P S Ajambow@ MIX - Tiefenmuskulatur trifft Taktgefühl Susan Schmidt	WS 1203 All FuG P S Theraband meets Pezziball Sarah Wiesenberg	WS 1204 All FA FuG GRT P S Barre Flow Daniela König	WS 1205 All FA FuG Step Workout mit Hanteln Julia König	WS 1206 All GTB J Einfacher Einstieg mit "easy start"" ins TeamGym – einer akt-traktiven Mannschaftssportart Katharina Warter	WS 1207 All GTB GRT J PAK GT OL RH RSG T BT CH Stressmanagement und Bewältigungsstrategien im Turnsport Anja Ofenstein	WS 1208 All GTB GRT J PAK GT OL RH RSG T BT CH Balance & Gehirn: Neurozentriertes Gleichgewichtstraining für Turnende Luise Walther	WS 1209 All GRT CH Schwing den Band-Stab: Einfache Choreografie für Verein & Schule Beatrix Schenk	WS 1210 All K Koordinations-Schatzkiste für Übungsleitende Sophie Lex	WS 1211 All J K PK Teenie-Yoga: Mentale Stärke & innere Balance Lisa-Marie Urban
Mittagspause		Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause
14:30 bis 16:00	WS 1301 All FA FuG WORLD JUMPING power Jasmin Mechler	WS 1302 All FA FuG LIIT vs. HIIT - Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit Dr. Martina Braun	WS 1303 All FA FuG Functional HIIT 45/15 Sebastian Piatek	WS 1304 All FuG P S FLEXVIT Mini - Aktivierung, Mobilisierung und Prävention für Hüfte und Schulter Ines Lederle	WS 1305 All FA FuG GRT Step Aerobic / Step and Dance Sara Grün	WS 1306 All GTB J Balkenturnen im LK-Bereich Ariane Suchlich	WS 1307 All FA FuG Salsa Aerobic Marcus Schweppe	WS 1308 All GTB GRT J PAK GT OL RH RSG AK T BT CH Sehen wie Turnende: Augen-Training für bessere Orientierung & Technik Luise Walther	WS 1309 All GRT BT CH Ballonade Richard Wieser	WS 1310 All K Fantasiestark & Bewegungsreich - Kinder für das Zirkeltraining begeistern Claudia Herbig	WS 1311 All J K PK Achtsamkeit & Entspannung im Kinder- und Jugendsport: einfache Tools für Ruhe & Fokus Lisa-Marie Urban
	WS 1401 All FA FuG GRT 80s Aerobic Marcus Schweppe	WS 1402 All FA FuG P HIIT meets Yoga Sara Grün	WS 1403 All FA FuG P S Faszinmotion Sarah Wiesenberg	WS 1404 All FuG P S Schwungvolle Sitzgymnastik für mehr Stabilität im Alltag mit den TOGU Brasils Ines Lederle	WS 1405 All FuG GRT Easy Dance for All Sebastian Piatek	WS 1406 All GTB J Hocke, Überschlag und Überschlag 1/2 ein - 1/2 aus am Sprungtisch Ariane Suchlich	WS 1407 All GTB GRT J PAK GT OL RH RSG T BT CH Verletzungsprävention im Turnsport: Mentale und soziale Risikofaktoren Anja Ofenstein	WS 1408 all BTV Lizenzen Neuroathletik meets 7 Strategien Lena Schönteich	WS 1409 All GRT S Rock'n'Roll für Ältere Richard Wieser	WS 1410 All K Kleine Schritte, großes Abenteuer: Kreative Bewegungslandschaften im Eltern-Kind-Turnen Claudia Herbig	WS 1411 All K PK Kinderyoga Basics: Bewegung, Gefühle & Selbstwirksamkeit fördern Lisa-Marie Urban
ab 18:30		Landezone - Ankommen. Vernetzen. Genießen.				Landezone - Ankommen. Vernetzen. Genießen.				Landezone - Ankommen. Vernetzen. Genießen.	

All Übungsleiter C Breitensport Allround-Fitness
FA Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic
FuG Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene
GTB Trainer C Breitensport Gerätturnen

GRT Trainer C Breitensport Gymnastik-Rhythmus-Tanz
J Übungsleiter C Breitensport Kinder/ Jugendliche, Schwerpunkt Jugendturnen
K Übungsleiter C Breitensport Kinder/ Jugendliche, Schwerpunkt Kinderturnen
PAK Trainer C Breitensport Parkour

GT Trainer C Leistungssport Gerätturnen
OL Trainer C Leistungssport Orientierungslauf
RH Trainer C Leistungssport Rhythmus-Tanzturnen
RSG Trainer C Leistungssport Rhythmische Sportgymnastik

T Trainer C Leistungssport Trampolinturnen
P Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention inkl. Pluspunkt Gesundheit
S Übungsleiter B Breitensport Erwachsene/ Ältere, Schwerpunkt Ältere
PK Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention, Gesundheitsförderung im Kinderturnen

BT Trainer B Breitensport Bewegungskünste und Turnartistik
CH Trainer B Breitensport Vorführung und Choreografie



08:00 bis 08:30		Morgenimpuls					Morgenimpuls					Morgenimpuls	
Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 1 + 2		Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 3	Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 4	Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 5	Bertolt-Brecht-Schule Dreifachhalle 7	Martin Behaim Gymnasium Dreifachhalle 1	Martin Behaim Gymnasium Dreifachhalle 2	Martin Behaim Gymnasium Dreifachhalle 3	Martin Behaim Gymnasium Zweifachhalle	Gretel Bergmann Schule Halle 1	Gretel Bergmann Schule Halle 2		
09:00 bis 10:30	WS 2101 All FA FuG P S Cross-Punch Tristan Bechmann	WS 2102 All FuG P S RückenFit - ein ganzheitliches Rücken- training auf dem SPINE- FITTER Dagmar Mathis-Wiebe	WS 2103 All FA FuG Funktionelles Workout mit Schlin- gentrainer und Körpergewichts- übungen Florian Schöpfl	WS 2104 All FuG P S Funktionelles Fußtraining Heiko Stein	WS 2105 All FA FuG Step it up! Level 2 Sebastian Piatek	WS 2106 All GTB J Turn10 - Wie kann ich das Programm in meinem Verein umsetzen? Martina Rota	WS 2107 All J K BT Partnerakrobatik: Leistung im Breitensport Michael Rieder	WS 2108 alle BTV Lizenzen Neurofasziales Training – vom Gewebe zum Gehirn Lena Schönteich	WS 2109 All GRT J CH Afrobeats Olga Fassler	WS 2110 All K Langeweile im Kinderturnen - Anstellen ist nicht so mein Ding! Melanie Becker	WS 2111 All K Kooperationsspiele für ein star- kes Team Lena Knauer		
	WS 2201 All FuG P S Fitness- & Bewegungstraining mit Brasils und/oder XCO Sarah Wiesenberg	WS 2202 All FA FuG P S Ajambow® RÜCKEN - Rücken- schmerzen raus, Rhythmus rein Susan Schmidt	WS 2203 All FuG P S Pilates mit Brasil® Julia König	WS 2204 All FuG P S Spiele-Menü für Ältere Richard Wieser	WS 2205 All FA FuG Easy Step for All Sebastian Piatek	WS 2206 All GTB J Grundlagen des Bodenturnens Mario Wagner	WS 2207 All GTB GRT J PAK GT OL RH RSG T BT CH Verletzungsprävention im Turn- sport: Körperliche Risikofaktoren Anja Ofenstein	WS 2208 All GTB J Programme und strategische Stationen im Geräte-Training Matthias Steffan	WS 2209 All GRT J CH Dancehall Olga Fassler	WS 2210 All K Bewegungsabenteuer – Kinder entdecken ihre Superkräfte! Neue Ideen für ein vielseitiges, fantasievolles Kinderturnen Andrea Remuta	WS 2211 All J K BT Pyramidenbau für Kinder und Jugendliche Lena Knauer		
Mittagspause													
13:30 bis 15:00	WS 2301 All FA FuG P S WORLD JUMPING Intervall Jasmin Mechler	WS 2302 All FA FuG GRT P S Ajambow® DANCE - tanz dich frei von Schmerzen Susan Schmidt	WS 2303 All FuG P S Starke Gelenke – neue Winkel entdecken Lena Schönteich	WS 2304 All FuG P S Knieschule in Theorie und Praxis Heiko Stein	WS 2305 alle BTV Lizenzen Das Hormonsystem im Sport Anja Ofenstein	WS 2306 All GTB J Grundlagen am Parallelbarren Mario Wagner	WS 2307 All J K BT Spielerische Einführung in die Partnerakrobatik Michael Rieder	WS 2308 All GTB J Biomechanische Betrachtung des Pendelkipppaufschwungs (Kippe) am Stufenbarren / Reck Matthias Steffan	WS 2309 All GRT J CH Hip Hop Olga Fassler	WS 2310 All K Kreatives Warm Up für jedes Training Lena Knauer	WS 2311 All K Kleine Spiele - Große Wirkung Maximilian Schubert		
	WS 2401 All FA FuG P S Brainathletics Tristan Bechmann	WS 2402 All FuG P S Pilates on the Spinefitter by Sissel - Level 1-2 Dagmar Mathis-Wiebe	WS 2403 All FuG P S Entspannung im Sport - angelei- tet erholen! Melanie Becker	WS 2404 All FuG GRT P S Square Dance Richard Wieser	WS 2405 All FuG P S Miniflow für fitte Gelenke Heiko Stein	WS 2406 All GTB J Grundlagen am Sprung Mario Wagner	WS 2407 All GTB GRT J PAK GT OL RH RSG T BT CH Mentale Stärke im Wettkampf: Routinen für Bestleistungen Anja Ofenstein	WS 2408 All GTB J Der Handstand als Schlüsselele- ment Matthias Steffan	WS 2409 All GRT J CH Jazz Dance meets Hip Hop Julia König	WS 2410 All K Schneeflocken hüpfen – Winter- kinder aktiv in der Turnhalle Andrea Remuta	WS 2411 All K Mit Spiel, Spaß und Ausdauer durch die Stunde Sarah Wiesenberg		

All Übungsleiter C Breitensport Allround-Fitness
FA Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic
FuG Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene
GTB Trainer C Breitensport Gerätturnen

GRT Trainer C Breitensport Gymnastik-Rhythmus-Tanz
J Übungsleiter C Breitensport Kinder/ Jugendliche, Schwerpunkt Jugendturnen
K Übungsleiter C Breitensport Kinder/ Jugendliche, Schwerpunkt Kinderturnen
PAK Trainer C Breitensport Parkour

GT Trainer C Leistungssport Gerätturnen
OL Trainer C Leistungssport Orientierungslauf
RH Trainer C Leistungssport Rhythmisches Turnen
RSG Trainer C Leistungssport Rhythmische Sportgymnastik

T Trainer C Leistungssport Trampolinturnen
P Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention inkl. Pluspunkt Gesundheit
S Übungsleiter B Breitensport Erwachsene/ Ältere, Schwerpunkt Ältere
PK Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention, Gesundheitsförderung im Kinderturnen

BT Trainer B Breitensport Bewegungskünste und Turnartistik
CH Trainer B Breitensport Vorführung und Choreografie