

2022 | 5



Special Turnfest

10 Gründe für den Turnfest Besuch

Programmhilights

Wir sind im Turnfestfieber!



BAYERISCHES LANDESTURNFEST

Vielfalt. Erlebnis. Gemeinschaft. Regensburg steht Kopf!



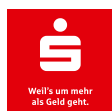
Anzeige

Turnfestausschreibung



PDF Download

HAUPTFÖRDERER



PRÄVENTIONSPARTNER



turnfest23.de

StartSchuss!

Turnfeststimmung kommt auf!

Noch nicht ganz? Dann wollen wir mit dieser Ausgabe dafür sorgen, dass sich dies ändert. Denn Turnfeste sind – für alle, die sie noch nicht kennen – legendär, schwer erklärbar und vielseitig bewegend. Ein Turnfest findet nicht in einer Halle statt, sondern in einer ganzen Stadt. Wir freuen uns sehr darauf in der altherwürdigen Stadtkulisse Regensburg das Turnfest ausrichten zu dürfen und erwarten vom 28. April bis 1. Mai über 12.000 Teilnehmende und rund 100.000 Besuchende. Das 33. Bayerische Landesturnfest ist also auf jeden Fall das Highlight im Turnkalender 2023.

Wir leben Turnfest – davor, danach und vor allem während den vier Tagen, in denen Regensburg sich in das Mekka der Turner*innen verwandeln wird. So viele Menschen in Trainingsjacke sieht man selten. Die Turner*innen kommen, bringen viel Energie und gute Laune mit, die alle Besuchenden mitreißen wird. Kein Wunder, sind wir doch davon überzeugt, dass unsere Turnsportarten da anfangen, wo James Bond aufgeben würde. Regensburg wird deshalb Kopf stehen. Dabei werden wir ein friedliches Turnfest haben, denn die Turnbewegung ist nicht für Randalen bekannt, sondern viel mehr für eine wertschätzende Gemeinschaft, ausgelassenes Feiern und Engagement.

Engagement ist essenziell. Ohne jenes ist ein Turnfest nicht durchführbar. Wir haben gemeinsam mit unserem Turnfestteam ein tolles Programm geschaffen, doch nur durch euch Vereine wird das Turnfest zum Leben erweckt. Ebenso benötigen wir viele Volunteers, Fans und vor allem Trainer*innen, die sich gemeinsam zum Turnfest aufmachen. Denn ihr, liebe Übungsleiter*innen, schafft die Grundlage dafür, dass Menschen sportliche Aktivitäten ausüben können. Seine „Schäfchen“ dann beim Turnfest zu hüten, bedeutet sowohl maximalen Einsatz als auch wenig Schlaf. Und vor allem: eine tiefe Zufriedenheit. Nun heißt es anmelden und dabei sein, wir freuen uns auf euch!

Eure Turnfestleitung



Dr. Peter Bösl



Benjamin Freund



Christine Königes



Andy G. Krainhöfner



Kerstin Schilpp





200 Jahre Sparkasse Regensburg

**Weil's schon immer um
viel mehr als Geld ging.**

- ⌘ Finanzpartner Nummer 1 in der Region
- ⌘ Verlässlicher Arbeitgeber und Ausbildungsbetrieb
- ⌘ Motor der einheimischen Wirtschaft
- ⌘ Förderer von Sport, Kunst und Kultur
- ⌘ Nachhaltiges Wirtschaften
- ⌘ Soziale und gesellschaftliche Verantwortung
- ⌘ Vertrauensvolle und individuelle Beratung
- ⌘ Weiterentwicklung und Innovation

**Die Zufriedenheit unserer Kunden ist
unser höchstes Gut. Wir sagen Danke
für 200 Jahre Vertrauen!**



Sparkasse
Regensburg

www.spk200.de

Inhalt

6 VOR ORT

- 10 Gründe aufs Turnfest 23 in Regensburg zu fahren

8 INSIDE BTJ

- Bayerisches Turnerjugendtreffen 2022 in Ingolstadt
- Das Mittelfränkische Turnerjugendtreffen 2022
- Oberbayerisches Turnerjugendtreffen in Taufkirchen/Vils
- Allgäuer Turnerjugendtreffen

12 KINDERTURNEN

- Gesellschaftsspiele in Bewegung gebracht

14 ANPACKEN

- Wertschätzung und Anerkennung von ehrenamtlichem Engagement im Sport
- VOLUNTEERS gesucht! Werde Teil von etwas Großem.

16 BTV-STARS

- OLG Regensburg gewinnt Deutsche Meisterschaften Sprintstaffel

19 TURNFEST-TICKER

- EDEKA Südbayern unterstützt Bayerisches Landesturnfest 2023
- Turnfestgala lädt zum Staunen, Lachen und auch Träumen ein.

22 QUALIFIZIERUNG

- Lehrgänge zum Ende des Jahres 2022
- Deutsche Arthrose-Hilfe e. V.

28 KÖNNERVEREIN

- Wir schaffen das!

30 SPOTLIGHT

- Wir sind im Turnfestfieber!

33 EHRENSACHE

- Aufruf an alle Turnvereine der Oberpfalz

34 ORGATIPP

- Der Plan, um einen Plan zu haben

36 FITMACHER

- Die Turnfestjünger

39 AKTIVTIPP

- Programmhighlights

42 ANDERSMACHER

- Entwicklung des Frauenturnens in Bayern

44 AUSGEZEICHNET

- Ausgezeichnet! Neue Siegelvereine im BTV.

Lohnenswerter
Turnfestbesuch

06

Turnfestfieber

30

10 Gründe aufs Turnfest 23 in Regensburg zu fahren



1. An einem Wettkampf oder mehreren teilnehmen

Egal, ob man regelmäßig an Wettkämpfen teilnimmt oder nur noch sporadisch - beim Landesturnfest findet sich für jede*n der Lust hat anzutreten der passende Wettbewerb. Von Bayerischen Meisterschaften im Gerätturnen über Rhönradturnen oder Rope Skipping bis hin zur beliebten P29-Team Challenge, bei der man sich zwar misst aber der Spaß eindeutig an erster Stelle steht. Bei rund 30 Sportarten in Mannschafts- und Einzeldisziplinen ist für jede*n in jeder Könnensstufe etwas dabei.

2. Zeit mit euren Freunden verbringen & Erinnerungen schaffen

Klar, man trifft sich ohnehin im Training oder unternimmt außerhalb davon etwas zusammen. Das Beste aus beiden Welten ist jedoch ein Turnfest-Wochenende. Gemeinsam tolle Momente bei einer der zahlreichen Shows genießen, gebührende Partys nach den Wettkämpfen feiern und einfach eine tolle Zeit mit Freund*innen beim Turnfest verbringen. Nichts schweißt so sehr zusammen und schafft so viele gemeinsame Erinnerungen.

Meist gibt es ein paar wunderbare Marmeladenglas-momente, die man aus jedem Turnfest in das "Für immer Gedächtnis" mitnehmen und noch Jahre später davon erzählen kann.

3. Eine neue Stadt kennenlernen

Auch jedes Turnfest ist sozusagen zu Gast in einer Stadt und diesmal sogar in einer UNESCO Weltkulturerbe-Stadt, mit ihren über 1.000 denkmalgeschützten Gebäuden. So lohnt es sich in jedem Fall außerhalb der Turnfestaktivitäten eine kleine Entdeckungstour durch Regensburg zu machen. Angefangen mit der steinernen Brücke, dem gotischen Dom St. Peter und den vielen historischen Gassen und Bürgerhäusern. Mit rund 170.000 Einwohner*innen ist die Stadt gut überschaubar und optimaler Austragungsort für das 33. Bayerische Landesturnfest.





4. Offline-Zeit!

Quasi notgedrungen ist jedes Turnfest wie ein kleiner Digital Detox: Viel zu sehen, kaum Zeit und Lust auf Kontakt zur Außenwelt. Für Stories und Fotos auf Instagram/TikTok oder offene WhatsApp-Nachrichten ist auch am Montag noch Zeit. Das macht es einem leicht, im Hier und Jetzt zu bleiben und den Moment richtig zu fühlen.

5. Auf Veranstaltungen und Partys gehen

Als Ausgleich zum aktiven Part als Teilnehmer*in gibt es eine große Anzahl an Shows, bei denen man einfach zuschauen und genießen kann. Ein Highlight ist die beliebte Turnfestgala, bei der stets eine Mischung aus Profi-Künstler*innen und Sportgruppen des BTV eine Darbietung aus Sport und Kunst vorführen. Neben weiteren Showveranstaltungen für Jung und Alt gibt es in guter Tradition jeweils eine bunte Eröffnungs- und Abschlussveranstaltung. Und Partys dürfen natürlich auch nicht fehlen. Eine besondere Feierstätte ist diesmal das Partyboot. Wer abseits der Donau feiern möchte, kann sich bei der Tuju-Party oder einem der Pub Crawls austoben.

6. Quality Time

Lange Anreisen, Pausen zwischen Wettkämpfen und Shows oder die Wartezeit bis endlich alle Vereinsmitglieder etwas zu essen gefunden haben - scheinbar nutzlose Zeit mit lieben Menschen vor sich zu haben und dann zwei Stunden gute Gespräche über Gott und die Welt führen, akrobatische Pyramiden bauen oder sich die aktuellen Lieblingslieder vorsingen. Diese gemeinsame Zeit entpuppt sich im Nachhinein oft als besonders wertvoll.

7. Das Turnfestgelände und die Mitmachangebote ausgiebig erkunden

Jedes Turnfest ist die perfekte Gelegenheit, um mal etwas Neues auszuprobieren. Beim Gang über das Turnfestgelände an einem der Veranstaltungsplätze, in den Parks

oder an der Donau lässt sich einiges entdecken und ausprobieren. Zum Mitmachen lädt die GYMWELT-Area oder die Kinderturnwelt ein. Ob Stacking, Stelzenlauf, Stand-Up Paddling, Rückenfitness, Yoga oder Korbball – die Vielfalt ist schier grenzenlos.

8. Die Turnfestmesse besuchen

Wer kennt es nicht - die Turnschlappchen sind schon wieder fast durchlöchert oder der Gummizug der Trainingshose ist auch nicht mehr das was er mal war. Auf der Turnfestmesse findet sich schnell Ersatz und auch das eine oder andere Schnäppchen wartet. Neben Angeboten aus der Turn-, Sport- und Gesundheitswelt stellen auch Organisationen aus der Region ihre aktuellen Produkte und Trends vor. Außerdem findet sich hier auch der Turnfest Fanartikelstand an dem es T-Shirts, Turnbeutel & Co. im Turnfest-Style zu kaufen gibt.

9. Neue Leute kennenlernen und alte Bekannte wieder treffen

Man kann gar nichts dagegen tun: Man lernt auf Turnfesten immer neue Leute kennenlernen oder trifft Bekannte wieder. Ob das Zimmernachbarn oder Gastgeber in den Gemeinschaftsunterkünften sind, Helfer*innen bei den Veranstaltungen und Mitmachangeboten oder gegnerische Mannschaften. Die Kontakte reichen von einem kurzen Austausch im überfüllten Bus auf dem Heimweg von der Tuju Party bis hin zu wiederkehrenden Turnfestfreunden.

10. Besser jetzt als nie

Warum nur irgendwann? Warum nicht zum nächsten Turnfest mitfahren und sich endlich mal wieder auf einen Wettkampf vorbereiten? Warum nicht mal wieder ein bisschen aus der Komfortzone treten, sondern sich einfach anmelden und dann treiben lassen... Überzeugt? Welche Gründe fallen euch noch ein?

Bayerisches Turnerjugendtreffen 2022 in Ingolstadt



Nach einer dreijährigen Pause war es endlich wieder so weit. Die Wettkämpfe TGM/TGW und der Tuju-4-Kampf erwachten aus ihrem Winterschlaf. Ähnlich dem Olympischen Motto „schneller, höher, weiter – gemeinsam“ kamen knapp 600 Teilnehmer*innen zusammen, um ihr Können zu zeigen, um die besten Mannschaften in Bayern zu küren, aber auch um alte Bekannte und Freunde zu treffen. Vor allem stand bei den Teilnehmer*innen der Gedanke „Dabei sein ist alles!“ im Vordergrund. In den Turnhallen überboten sich die 54 Mannschaften am 23. Juli 2022 beim Wettkampf TGM/TGW in den Disziplinen Turnen, Tanzen, Singen und Gymnastik mit sehr guten Leistungen. Mehrmals fiel an diesem Tag die Bestwertung von 10 Punkten. Ebenso im Stadion des MTV Ingolstadt bzw. im städtischen Hallenbad versuchten die Mannschaften, in den Disziplinen Laufen, Werfen und Schwimmen möglichst viele Punkte für ihren Wahl-4-Kampf bzw. Wahl-3-Kampf zu sammeln. Am Ende feierten nicht nur die Bayerischen Meister SSC Landau e.V. (TGM Jugend), TV Augsburg 1847 (TGM Junioren) und TSG Pasing von 1888 (TGM Erwachsene) bei der „Show der Sieger“ ihre Titel, sondern auch die Gewinner TSV München-Allach 1909 (TGW Junioren), TV Memmingen 1859 (TGW Erwachsene),



TSV Heising (TGW Nachwuchs 3-Kampf) und SSC Landau e.V. (TGW Nachwuchs 4-Kampf) ihre ersten Plätze.

Am folgenden Tag starteten weitere 100 Teilnehmer*innen im Tuju-4-Kampf und zeigten beim Bodenturnen, Minitrampolin, Schwimmen und Laufen ihre bestmögliche Leistung.

Am Ende des langen Wettkampfwochenendes freuten sich die Verantwortlichen des Fachgebiets Tuju-Wettkämpfe mit der Vorsitzenden Marion Schmidt, den Wettkampfleitern Norbert Schad und Lydia Fischer, die Verantwortlichen des MTV 1881 Ingolstadt und alle teilnehmenden Vereine über ein gelungenes Bayerisches Turnerjugendtreffen 2022.

Das Mittelfränkische Turnerjugend-treffen 2022



Über 250 Turner und Turnerinnen aus ganz Bayern trafen sich hochmotiviert am 16.07.2022 beim Fränkischen Tuju-Treffen in Scheinfeld, um dort ihre Übungen zu präsentieren. Bei sonnigem Wetter wurde geturnt, getanzt, gesungen, geworfen, geschwommen und gerannt. Die Jugendleitung von Mittelfranken mit ihrem Team war für die Planung und die Durchführung verantwortlich, Familie Körger und ihr Team mit der Vorsitzenden Hildegard Schlez kümmerten sich um den reibungslosen Ablauf vor Ort. Auch für das leibliche Wohl war vorzüglich gesorgt.

Obwohl das ein oder andere Ergebnis etwas niedriger ausfiel als gewohnt, waren alle glücklich und zufrieden endlich wieder Wettkampfluft zu schnuppern und die Atmosphäre zu genießen. Etwas mehr als die Hälfte der Mannschaften schaffte es anzutreten. Ein großer Dank geht an dieser Stelle an alle Trainer*innen, die ihre Mannschaften so gut motivieren konnten. Die Veranstaltung endete mit der Show der Sieger, bei der sehr gute Tänze und Turnübungen bewundert werden durften.



Oberbayerisches Turnerjugendtreffen in Taufkirchen / Vils



Der TSV 1893 Taufkirchen, ein perfekter Gastgeber!

Am 10.07.22 trafen sich 22 Vereine aus dem bayerischen Raum zum Oberbayerischen Tuju-Treffen.

In Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Turnverband – Turnbezirk Oberbayern und dem TSV Dorfen wurde dieses Turnevent erstmals vom TSV 1893 Taufkirchen ausgerichtet. Diese Mammutaufgabe wurde in kürzester Zeit auf die Beine gestellt.

Trainerin Christina Holler hatte sich im Vorfeld dafür eingesetzt, dass dieses beliebte Turnfest nach Taufkirchen kommt. 43 Mannschaften kämpften dabei in den Real-schulturnhallen, auf den Außenflächen und im Taufkirchner Waldbad um Punkte. Je nach Altersklasse mussten die Mannschaften aus den Disziplinen Bodenturnen, Gymnastik, Tanzen, Singen, Schwimmen, Sprintstaffel und Medizinballweitwurf 3 bzw. 4 Disziplinen auswählen.

Am weitesten angereist waren die Vereine aus Nürnberg, Ansbach und Sulzberg. Um 09:00 Uhr fand zunächst die Begrüßung der Vereine durch den 1. Vorsitzenden Alwin Ertl und die beiden Vereinsreferenten der Gemeinde Taufkirchen, Sosa Balderanou und Kurt Empl, statt.

Danach starteten die 450 angemeldeten Teilnehmenden gleich mit den verschiedenen Disziplinen. Nach zwei Jahren Wettkampfpause freuten sich die Turner*innen, endlich mal wieder einen Wettkampf bestreiten zu dürfen und gingen voll motiviert an den Start. Im Turnen und Tanzen wurden

ausgefeilte Choreografien gezeigt. Vor allem die Synchronität, Akrobatik und Ausdruck wurden hier bewertet.

Für das leibliche Wohl sorgte die Catering-Crew des TSV um die 2. Vorsitzende Elfriede Streinz, die während des Tages ca. 800 Personen versorgten. Erfreut zeigte sich der 1. Vorsitzende Ertl auch darüber, dass der TSV nach langer Zeit wieder eine eigene Turnabteilung hat.

Eine Veranstaltung dieser Größenordnung bedeutet auch eine große Motivation für diese junge Abteilung. Ebenso muss die gute Zusammenarbeit mit dem Vorsitzenden des Turnbezirks Oberbayern, Klaus Kellner, hervorgehoben werden, sowie die großartige Unterstützung vieler TSV-Mitglieder aus den verschiedenen Sparten und der Eltern der jungen Turner und Turnerinnen, die dazu beitrugen, dass dieses Fest ein voller Erfolg wurde.

Bevor die Siegerehrung begann, wiesen 1. Bürgermeister Stefan Haberl und stellv. Landrat Franz Hofstetter in ihren Grußworten auf die Bedeutung des Sports für junge Menschen und deren Entwicklung hin. Anschließend konnten sie, zusammen mit dem 1. Vorsitzenden, viele Pokale und Urkunden an die Gewinner*innen des Tages überreichen. Während der Siegerehrung konnten die Teilnehmenden auch ihren Emotionen freien Lauf lassen und die Besten durften noch einmal ihre Übung präsentieren.

Einig waren sich die Teilnehmer, dass der TSV Taufkirchen ein super Gastgeber war und sie sich gerne wieder zu einem Wettkampf in der Vils-Gemeinde treffen würden.

Allgäuer Turnerjugendtreffen

Am Samstag, den 02.07.2022, fand in Durach bei herrlichem Sonnenschein das 56. Allgäuer Turnerjugendtreffen statt. Mit knapp 500 Teilnehmer*innen in 42 Gruppen aus 18 Vereinen fiel es zwar etwas kleiner aus als in den Jahren vor Corona, allerdings tat das der Freude der Sportler*innen keinen Abbruch. Als um 9:00 Uhr der Wettkampf losging, stellten alle Turner*innen den etwa 300 Zuschauern ihr Können unter Beweis.

Den ganzen Tag über konnte man spektakuläre Boden-Kasten-Küren sehen, mitreißende Tänze erleben und auf dem Sportplatz beim Laufen und Werfen mitfiebern. Am Ende des Tages war die Spannung bei der Siegerehrung fast greifbar und die Freude vor allem bei den Sieger*innen riesig.

Mit einem guten 4. Platz in der Wettkampfklasse der TGM Jugend nahm der TSV Sulzberg den Allgäuer Meistertitel mit nach Hause. Die Mannschaft musste sich dem Team des SSC Landau (1. Platz) geschlagen geben. Ebenfalls Allgäuer Meister in der Wettkampfklasse TGM

Junioren wurde die Mannschaft des TSV Heising, die nur den TV Augsburg (1. Platz) an sich vorbeiziehen lassen mussten. Die Gausiege bei der TGW sicherten sich der TV Memmingen (TGW Erwachsene), der TV Haldenwang und der TSV Wiggensbach (TGW Junioren), der TSV Heising (TGW Nachwuchs 3) und der TSV Sulzberg (TGW Nachwuchs 4). Auch die jüngsten Turner*innen gingen beim Allgäuer Turnerjugendtreffen an den Start. Punktgleich standen in der Wettkampfklasse KGW 2 der TSV Heising und der SV Odelzhausen ganz oben auf dem Treppchen. Beim KGW 1 gelang dieses Kunststück dem SV Odelzhausen erneut. Bester Allgäuer Verein war der TSV Heising auf dem 5. Platz.

Am Ende des Tages waren überall strahlende Gesichter und feiernde Teilnehmer*innen zu sehen.

Der Turngau Allgäu bedankt sich vor allem bei allen Turner*innen, dass sie den Ehrgeiz und die Disziplin hatten und haben, zwei Jahre Training ohne Wettkampf zu absolvieren.

Newsletter

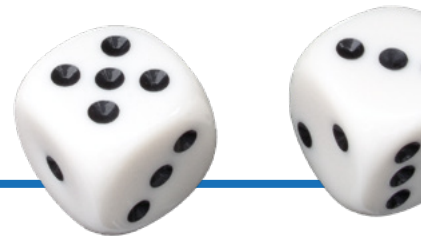


BTJ 
BAYERISCHER TURNVERBAND



jetzt anmelden

Gesellschaftsspiele in Bewegung gebracht



Viele Kinder kennen Spiele wie „Halli Galli“, „Mastermind“ oder „Mensch ärgere dich nicht“ von zu Hause am Esstisch. Aber warum das Ganze nicht einfach mal in Bewegung bringen?

Die Auswahl an Gesellschaftsspielen ist riesengroß und auch echte Klassiker wie „Mensch ärgere Dich nicht“ oder „Memory“ können wieder richtig Lust auf Bewegung machen.

Dabei gibt es vielfältige Umsetzungsideen. Die originalen Spielkarten, -figuren und -pläne können in der Halle positioniert werden. Oder bekannte Spielregeln werden auf alles übertragen, was der Geräteraum hergibt. Die Spiele lassen sich nicht nur zur Erwärmung oder als „netten“ Programmpunkt einsetzen. Sie können auch genutzt werden, um Teams im Zufallsmodus einzuteilen oder Kinder kreativ zu Stationen einer Gerätelandschaft zu schicken.

Warum eigentlich Kinder? Tatsächlich kommen die bewegten Gesellschaftsspiele beim Eltern-Kind- und Kinderturnen sehr gut an. Aber auch genauso beim Leistungs-, Erwachsenen- und Seniorensport. Die Sportler*innen sind dabei meistens so tief und ehrgeizig im Spiel versunken, dass sie kaum noch merken, dass sie schon völlig aus der Puste sind oder vielleicht gerade ohne nörgeln Dinge üben, die sie ohne den Reiz des Spiels umgangen hätten.

Auch im Sinne der Inklusion können Gesellschaftsspiele in Bewegung ein wahrer Game Changer sein. Wenn ein Spiel sowieso, von den Originalregeln geleitet, neu entwickelt wird, dann kann es auch gleich auf die eigene Gruppe und die individuellen Fähigkeiten der Kinder abgestimmt und angepasst werden.

Vor allem durch den Wiedererkennungswert von zu Hause bieten die Spiele nicht nur einen großen Anreiz, sondern eignen sich hierdurch auch ideal für den Einsatz im inklusiven Bereich. Die Kinder kennen die Regeln und das Ziel des Spiels und finden somit einen erleichterten Zugang zum Bewegungsspiel.

Immer wieder zeigt sich: Jung und Alt haben beim Spielen genau so viel Spaß wie kreative Trainer*innen bei der Ausarbeitung: Spiel auswählen, Laufgelegenheiten oder Gerätezuweisung einbauen und ausprobieren! Klingt einfach? Ist es auch! Und die Arbeit lohnt sich! Einmal gut vorbereitet, lassen sich die Spiele immer wieder aus dem Ärmel schütteln oder flexibel auf andere Altersgruppen oder für den Sport unter freiem Himmel übertragen!

Heute stellen wir euch den Klassiker „Mensch ärgere Dich nicht“ als Bewegungsspiel vor. Verschiedene Varianten zeigen, dass sich neben dem besonderen Spielspaß auch sportartspezifische Techniken oder motorische Hauptbeanspruchungsformen freudvoll schulen lassen.

Ihr wollt wissen, wie weitere Gesellschaftsspiele in Bewegung gebracht werden können?

Dann besucht den digitalen Workshop „Gesellschaftsspiele in Bewegung gebracht“ am 29. November von 19:00 – 20:30 Uhr mit Janine Lindner und Stina Schwarz. Hier werden Tipps und Tricks an die Hand gegeben, wie aus einem Spiel eurer Wahl ein funktionierendes Bewegungsspiel gezaubert werden kann. Außerdem gibt es einen Einblick in die bewegte Spielesammlung der Referenten.

Janine Lindner und Stina Schwarz
Turnerjugend Schleswig-Holstein

Der ganze Advent steht, wie im vergangenen Jahr, wieder unter dem Motto „Inklusion im Kinderturnen“. Besucht auch weitere, spannende digitale Workshops unserer Reihe:

Autismus greifen und begreifen

08.12.2022., 19:00 – 20:30 Uhr

Kinder Stärken stärken

15.12.2022, 19:00 – 20:30 Uhr

Drums Alive® Workshop - Kids Beats

LG-Nr.: 3082368
Termin: 04.12.2022 10:00 - 17:30 Uhr
Ort: Zoom
Meldeschluss: 27.11.2022

Ein Programm von Drums Alive® zugeschnitten auf Kinder im Alter zwischen 6 und 10 Jahren. Drums Alive® fördert insbesondere bei Kindern die Konzentration, die Merkfähigkeit, die Körperkoordination und es hilft, Stress und Aggressionen abzubauen. Es stärkt das Selbstwertgefühl, die sozialen Kompetenzen und die Entwicklung und Förderung von Sinneswahrnehmungen. Hier geht es darum, den Kindern Drums Alive® kindgerecht nahe zu bringen. Rhythmusspiele sind ebenso Inhalte wie Musikerziehung und Kreativität.

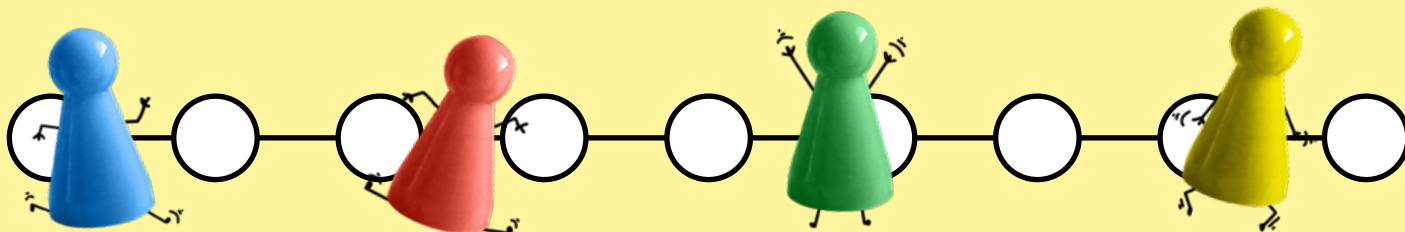
Spielidee: Mensch ärgere Dich nicht!

Material: 8 Hütchen, das Gesellschaftsspiel, ggf. ein kleiner Kasten

Aufbau: Die Ecken und Seitenmitten eines Quadrats (ca. 10x10m) werden mit Hütchen markiert. In der Mitte steht das Brettspiel erhöht auf einem kleinen Kasten.

Spielablauf: An jeder Spielfeldecke hält sich das Team einer Spielfigurenfarbe bereit. Auf ein Startsignal sprinten alle vier Startläufer*innen los und umrunden fast komplett das Spielfeld bis zu ihrem eigenen „Abbiegehütchen“ – nun darf schon der zweite Läufer starten.

Vom „Abbiegehütchen“ geht es für das Startkind dann in die Mitte, dort wird gewürfelt und fürs eigene Team gesetzt. Anschließend stellt sich das Kind wieder in seiner Ecke an. Es wird zum Rauskommen keine 6 benötigt und es gibt kein Rausschmeißen.



Und hier gleich noch eine weitere Möglichkeit „Mensch ärgere Dich nicht“ in Bewegung zu bringen.

Material: 4 Würfel, 25-30 Reifen, ggf. Teppichfließen, Pylonen, Blatt Papier, Parteibänder in 4 verschiedenen Farben

Ort: Turnhalle, Bewegungsraum, vor der Halle

Teilnehmer*innen: 12-24 Kinder ab 8 Jahren

Aufbau: Aus 25-30 Reifen wird ein Spielfeld in U-Form gelegt. Alternativ können hier auch Teppichfließen oder Pylonen genutzt werden. An der offenen Seite des U stehen vier Pylonen. Hier gegenüber, also an der Unterseite des U liegen vier Würfel im gleichen Abstand der Pylonen. Die Kinder werden in vier Teams geteilt. Jedes Team stellt sich hintereinander an einer Pylone auf.

Ablauf: Ein Spieler aus jedem Team stellt sich direkt an den Start, also an den ersten Reifen und stellt die Spielfigur des Teams dar. Ziel ist es vier Parteibänder der eigenen Farbe nach Hause zu bringen.

Auf das Startkommando hin, läuft jeweils das erste Teammitglied zum Würfel, würfelt und gibt die Augenzahl an seine Spielfigur weiter. Er läuft zurück

Variationen:

- **Spielziel:** 10 Minuten Spielen, eine/alle Figuren im Haus haben, ...
- **Rausschmiss:** Die geschmissene Farbe wird laut gerufen und die zugehörigen Spieler machen eine Strafaufgabe (Bsp. Extrarunde laufen)
- **Laufformen:** Während des Spiels verschiedene Laufformen vorgeben oder Hindernisse wie einen Slalomparcours einbauen
- **Mehr Bewegung bei mehr als 16 TN:** Der Spieler, der gerade vom Spieltisch kommt, kann durch die eben gewürfelte Augenzahl noch eine Aufgabe für sich (und die in der Ecke wartenden Spieler*innen?) mitbringen. Die Augenzahl kann die genaue Übungszuweisung oder Anzahl für Hampelmänner/Liegestütz/... vorgeben.

zum Team, schlägt ab und das nächste Teammitglied läuft zum Würfel. Die Spielfigur bewegt sich je nach Augenzahl in den entsprechenden Reifen vorwärts in Richtung Ziel. Kommt eine Spielfigur am Ziel an, wird dort das Parteiband abgelegt. Der nächste Spieler im Team wird zur Spielfigur und die vorherige Spielfigur läuft nun im Team mit. Der erste Spieler läuft zum Würfel, würfelt und gibt die Augenzahl an die Spielfigur weiter. Die Spielfigur bewegt sich der entsprechenden Zahl vorwärts, usw. Sind alle vier Parteibänder eines Teams im Ziel angekommen, ist das Spiel beendet.

Variationen:

Würfelmodus - Variationen

- Alle Kinder sind zu Beginn Läufer, bei einer gewürfelten Sechs, wird der Spieler zur Spielfigur
- Bei einer Sechs darf nochmals gewürfelt werden
- Unterschiedlich schwierige Bewegungsaufgaben für die Spielfiguren, geknüpft an die Augenzahlen

Laufstrecke – Variationen

- Anstelle eines U wird das „Mensch ärgere Dich nicht“-Feld aufgebaut
- Länge der Laufstrecke ändern
- Einbau von Hindernissen/Hürden auf der Laufstrecke
- Veränderung der Bewegungsart der „Läufer“

Spielfeldstrecke – Variationen

- Einbau von Ereignisfeldern
- Überspringen von besetzten Feldern
- Kommt eine Spielfigur auf ein Feld, auf welchem bereits eine Spielfigur steht, muss die dort stehende zurück an den Start

Wertschätzung und Anerkennung von ehrenamtlichem Engagement im Sport

Du bist als Volunteer, Trainer*in, Kampfrichter*in, Abteilungsleiter*in oder in einer anderen Funktion ehrenamtlich aktiv? Wurdest du auch schon das eine oder andere Mal gefragt „Warum machst du das eigentlich? Du bekommst doch gar nichts dafür?“ Meine persönliche Antwort darauf ist immer, dass es bei meinem freiwilligen Engagement in erster Linie gar nicht um mich selbst geht, sondern ich mich für andere einsetzen und der Gesellschaft etwas zurückgeben möchte. Natürlich „profitiere“ ich auf die eine oder anderen Art und Weise auch davon, weil es mir zum einen wahnsinnig Spaß macht und ich sehr wertvolle zwischenmenschliche Erfahrungen sammeln kann. Allerdings ist eine ehrenamtliche Tätigkeit für viele nicht mehr selbstverständlich. So stellt nachlassendes Ehrenamtliches Engagement neben dem (zum Teil pandemiebedingten) Rückgang an Mitgliedern Sportvereine und Verbände zunehmend vor neue Herausforderungen.

Denn jede Person, die mit dem organisierten Sport in Verbindung steht, weiß (zumindest unterbewusst), dass ohne ehrenamtliches Engagement das System nicht funktionieren würde. Daher ist es von hoher Bedeutung, dass zum einen neue Ehrenamtliche geworben werden, aber zum anderen auch bereits Aktive gehalten und in ihrem Engagement bestärkt werden.

Für die Übernahme von ehrenamtlichen Positionen stellen dabei die intrinsische Motivation, sprich die persönlichen Motive, sowie die individuellen Werteorientierungen eine grundlegende Basis dar.

Darüber hinaus bedarf es jedoch auch entsprechender Arbeitsbedingungen sowie bestimmter Anreizstrukturen. Anreizmechanismen können dabei sowohl materieller als auch immaterieller Natur sein. So sind die monetäre Entlohnung, Steuerbegünstigungen oder die Finanzierung von Fort- und Weiterbildungen bekannte materielle Anreize. Allerdings stehen diese für viele Ehrenamtliche nicht im Vordergrund, vielmehr wird der Spaß und die Freude am ehrenamtlichen Engagement selbst als Anreiz aufgefasst. Zudem können Zugang zu Wissen und Informationen, soziale Kontakte und Gruppenzugehörigkeit, Einfluss, Autorität und Macht aber auch Ansehen, Anerkennung sowie persönliche Wertschätzung immaterielle Anreizmechanismen sein. Aber auch ideelle oder symbolische Gesten wie Danksagungen, Ehrungen oder kleine Geschenke können sich positiv auswirken. Die immateriellen Anreize sind dabei sowohl auf sozialer als auch auf verbaler Ebene von hoher Bedeutung. Es kann dabei nicht einen einzigen Königsweg geben, sondern vielmehr ist die individuelle Kombination der verschiedenen Anreize und Faktoren entscheidend. So wird jede Person in Abhängigkeit beispielsweise von persönlichen

Vorlieben, aber auch der Lebenssituation andere Anreize als „Gegenleistung“ für ihr Engagement verstehen.

Im Rahmen eines Forschungsprojekts zwischen der Universität Bayreuth und dem BTV konnten als gemeinsamer Anknüpfungspunkt vor allem die persönliche Wertschätzung sowie symbolische Akte und soziale Kontakte festgestellt werden. Hierbei ist hervorzuheben, dass es zu differenzieren gilt, von wem (beispielsweise durch die Teilnehmenden, den Verein, den Verband, aber auch durch den Arbeitgebenden, die Gesellschaft und den Staat) dies ausgeht. So wird von den Teilnehmenden des Forschungsprojekts betont, dass Ihnen die Wertschätzung der Begünstigten, zum Beispiel der Turnkinder, besonders am Herzen liegt. Allerdings beklagen sie ein fehlendes Verständnis des Ehrenamts-Konzepts seitens der Gesellschaft, wodurch die freiwillige Tätigkeit oftmals als Dienstleistung missverstanden wird und überzogene Erwartungen angestellt werden. So wird zudem fehlende Wertschätzung des ehrenamtlichen Einsatzes suggeriert. Weiterhin fehlt es an vielen Stellen auch noch an Anerkennung durch Arbeitgebende, die Politik, aber zum Teil auch die Verbände.

Es gilt daher auf den unterschiedlichen Ebenen die Relevanz der Förderung des ehrenamtlichen Engagements zu erkennen und die Anerkennung und Wertschätzung zu steigern. So müssen auf gesellschaftlicher und politischer Ebene Initiativen gestartet werden, damit Anreiz- und vor allem Wertschätzungsmodelle für ehrenamtlich Tätige langfristig angestrebt und verwirklicht werden.

Zudem kann jede*r in seinem privaten Umfeld anfangen Aufmerksamkeit für die Relevanz und die Inhalte von ehrenamtlichem Engagement zu generieren, denn erst durch entsprechendes Bewusstsein für die ehrenamtliche Tätigkeit kann den Ehrenamtlichen entsprechende Wertschätzung entgegen gebracht werden.

Annalena Rosier

VOLUNTEERS gesucht!

Werde Teil von etwas Großem.

Bringe deine Stärke in unserem Team ein. Für folgende Aufgabenbereiche wird beim Landesturnfest Regensburg 2023 noch Unterstützung gesucht:

Sorge bei Wettkämpfen für einen reibungslosen Ablauf

Zahlreiche Wettkämpfe finden während des Turnfestes statt und unsere Wettkampfstätten wollen natürlich auch betreut werden. Eine super Gemeinschaftsaufgabe: Euer Job ist es Ansprechpartner*in vor Ort zu sein, (Turn-)Geräte Auf-, Um- und Abbauen, beim Catering unterstützen, beim Einlass einzuweisen und die Teilnehmenden sowie Fans vor Ort zu verpflegen. Natürlich geht der komplette Umsatz in eure Vereinskasse.

Betreue unsere Mitmachangebote

Egal ob Kinderturnwelt, Maskottchenlauf, Turnfestmesse, Trendsportarten, GYMWELT-Area oder kulturelle Angebote in der Weltkulturerbe-Stadt Regensburg: In unserem bunten Programm findet jeder das richtige Erlebnis und du genau deinen Platz zum Helden, wenn es für dich ein Kinderspiel ist anderen mit deiner guten Laune anzustecken. Du hilfst bei der Betreuung der Mitmachangebote, erklärst den Teilnehmenden die Übungen, sorgst für organisierte Abläufe.

Mach das bunte Rahmenprogramm zum einzigartigen Erlebnis

Die Magnetbühnen mitten in Regensburg öffnen den Vorhang für Bewegungskünste, Akrobatik, Gerätturnen, Showtanz, Breakdance, HipHop, Streetdance, Aerobic, Rope Skipping und vieles andere. Und auf der Tuju-Party wird ausgelassen gefeiert. Du hilfst beim Auf-, Um- und Abbau der Veranstaltungstätte sowie der Durchführung, übernimmst Organisation und Leitungsaufgaben im Rahmen der Veranstaltung, sitzt an der Kasse, weißt Plätze ein oder hilfst bei der Einlasskontrolle.

Sei Gastgeber mit uns beim „Hotel Turnfest“

8.000 turnbegeisterte Teilnehmer übernachten während des Turnfests in Gemeinschaftsunterkünften, in Schulen in Regensburg und Landkreis, in Klassenräumen und Sporthallen. Damit die Unterbringung reibungslos funktioniert sind das die Aufgaben des Betreuungsvereins:

Begrüßung der Gäste, Übergabe und Abnahme der Klassenzimmer, Vorbereitung des Frühstücks, Tagesaufsicht im Schichtdienst (6 – 22 Uhr), Nachtwache, Angebot von Essen und Getränken, Annahme der Lebensmittellieferungen und als Ansprechperson für das Organisationsteam bereitstehen.

Hier ist viel zu tun, aber keine Sorge das Organisationsteam wird euch auf die Aufgaben vorbereiten. Für euren Einsatz als Betreuungsverein danken wir euch mit einer Aufwandsentschädigung von 3€ pro Teilnehmer*in pro Übernachtung.

Ohne dich läuft nichts

Nur mit viele ehrenamtlichen Engagement sind Großveranstaltungen wie das Landesturnfest Regensburg 2023 möglich. Du kannst deine Stärken in vielen verschiedenen Bereichen einbringen.

Wir suchen Freiwillige (Volunteers) ab 16 Jahren, die Spaß daran haben mit anderen engagierten Menschen in den unterschiedlichsten Aufgabenfeldern hinter die Kulissen eines des größten Breitensportevents in Bayern zusammenzuarbeiten. Neben Spaß und Erfahrungen bieten wir dir folgendes:

- Turnfest- Helfer -Shirt
- ÖPNV-Ticket
- Zutritt zu allen Veranstaltungen mit kostenfreiem Eintritt mit Festkarte (außerhalb der Einsatzzeiten)
- Kostenfreie Übernachtung in der Schulunterkunft ab einem Einsatz von mindestens zwei vollen Tagen
- Bescheinigung über freiwilliges Engagement
- Verpflegung während deines Einsatzes
- kleine Überraschung

Bei der Registrierung auf unserer Website kannst dein Wunsch-Einsatzgebiet angeben. Das Turnfestteam wird versuchen, deinen Wunsch so gut es geht zu erfüllen.

Registrierte dich jetzt!

WEB turnfest23.de

OLG Regensburg gewinnt Deutsche Meisterschaften Sprintstaffel

Hamburg war Reiseziel der Sprint-Experten beim Orientierungslauf. Durchgeführt wurde in der Elbestadt die DM Sprint (Einzel) und die DM Sprintstaffel. Letzteres ist eine noch junge Wettkampfform, die sich international großem Medienecho erfreut. In einem Viererteam laufen zwei Frauen und zwei Männer im rasanten Tempo durch urbanes Gelände. Erst zum zweiten Mal fand diese Wettkampfform als Deutsche Meisterschaft statt. Mareike und Isabel Seeger, Riccardo Casanova und Timon Lorenz von der OLG Regensburg hatten in Hamburg Wilhelmsburg die schnellsten Füße und gewannen mit 27 Sekunden vor dem MTV Seesen und dem USV TU Dresden.

Am Vortag sicherte sich Riccardo Casanova den zweiten Rang im Herrenfinale. Erfolgreich waren auch die beiden Nachwuchsläufer*innen Juliane Burgmair (OLG Regensburg) und Ole Magnus Baath (TSV Jetzendorf). Die beiden Teilnehmer*innen bei der Jugend-Europameisterschaft EYOC liefen in D und H 16 jeweils auf den Bronzerang. Seniorenläufer Bernt Johansson (H 65, OC München) wurde Vizemeister.



Team Bayern beim JLVK

Bayerische Meisterschaften Mitteldistanz-OL

Nach Selb hatte der TV Coburg-Neuses die Orientierungsläufer zur Bayerischen Meisterschaft auf der Mitteldistanz eingeladen. Gelaufen wurde wie schon vor zwei Jahren jenseits der Grenze auf tschechischem Staatsgebiet. Der mit Sümpfen und vielen Dickichten durchzogene Wald forderte die Läuferinnen und Läufer in allen Alterskategorien. Die beiden Hauptklassen wurden von der OLG Regensburg dominiert und so gingen fünf der sechs zu vergebenden Medaillen in die Domstadt. Nur Dianora Heraschchenko vom OC München konnte hier etwas „korrigierend“ eingreifen und gewann die Damenkategorie vor Sophie Kraus und Jasmin Hertel. Bei den Herren siegte Nationalläufer Riccardo Casanova vor Timon Lorenz und Philipp Schwarck.



Das erfolgreiche Team der OLG Regensburg

Rang zwei beim Jugend-Ländervergleich

Der bayerische OL-Nachwuchs sicherte sich hinter dem Team aus Sachsen den zweiten Rang in der Gesamtwertung nach Einzel- und Staffelläufen in Eppstein (Hessen) mit knappen drei Punkten Vorsprung vor Niedersachsen. Während die Bayern sich nach den Einzelläufen den Rang 2 auch ohne Sieg in einer Kategorie holten konnten, sicherten die Siege in der H 12 (Lukas Oechler, Johannes Gerstl, Laurin Ahlbrecht) und der H 16 (Ole Baath, Jack Hay, Jakob Oechler) den zweiten Platz, den man nach 6 Jahren Pause unter viel Jubel bei der Siegerehrung auf der Zielwiese entsprechend feierte.



Dianora Heraschchenko beim Start der Meisterschaft

GESUNDGENUSS FÜR GROß UND KLEIN

Anzeige



LöwenSTARK mit der BKK Faber-Castell & Parter



- ✚ Bayerisches Turnabzeichen unterstützt von deiner Krankenkasse
- ✚ Prävention – Gesundheitsvorsorge ganz einfach
- ✚ Gold, Silber oder Bronze – mach mit

Jetzt die BKK kennenlernen

➔ www.bkk-faber-castell.de

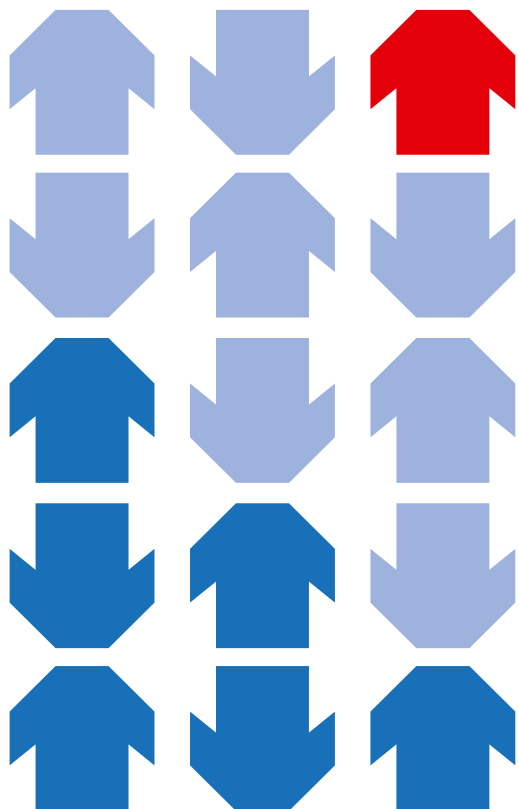
BKK 
FABER-CASTELL & PARTNER
miteinander • füreinander



BAYERISCHES LANDESTURNFEST

Vielfalt. Erlebnis. Gemeinschaft. Regensburg steht Kopf!

agentur
agb
gerhard
bauer
**Personalkleidung
und Werbeartikel**
www.a-g-b.com



Was wäre ein
Turnfest ohne
offiziellen ...

Turnfest-Merch?

Deckt euch über unseren offiziellen Turnfest-Shop mit T-Shirts, Hoodies, Trinkflaschen, Caps und mehr im Turnfest-Style ein!

Außerdem gibt es dieses Jahr auch zum ersten Mal Badelatschen im Turnfest-Design!



Die Badelatschen sowie ein Frühstücks-Set (Frühstücksbrett, Müslischale, Tasse und Besteck) können für jeweils 16,50 € direkt bei Anmeldung im GymNet mitbestellt werden.



#turnfest23

turnfest23.de/shop



EDEKA Südbayern unterstützt Bayerisches Landesturnfest 2023



Sportliches Groß-Event als Auftakt für neue Partnerschaft mit Bayerischem Turnverband

Rund 8.000 Teilnehmer*innen werden vier Tage lang mit ausgewogenen Frühstücksnüssen versorgt

Ebenfalls geplant: Interaktive Info-Stände und ein Angebot am Schulaktionstag für Regensburger Schulen

Die EDEKA Südbayern wird Hauptförderer des 33. Bayerischen Landesturnfests. Das sportliche Großevent, zu dem 12.000 Turnerinnen und Turner erwartet werden, findet vom 28. April bis 01. Mai 2023 in Regensburg statt. Während der vier Festtage stellt der Lebensmittelhändler aus Südbayern den etwa 8.000 Teilnehmenden, die auch vor Ort übernachten, insgesamt rund 32.000 ausgewogene Frühstücksnüsse bereit. „Diese Kombi passt: Gesunde Ernährung und beste Lebensmittel sind ein wichtiger Bestandteil für sportliche Erfolge. Deshalb freuen wir uns sehr über diese Partnerschaft mit dem Bayerischen Turnverband“, sagt der Vorstand der EDEKA Südbayern, Claus Hollinger. „Das Bayerische Landesturnfest ist für uns eine ideale Gelegenheit, dies zu unterstreichen“, so Hollinger weiter. Und Dr. Alfons Hölzl, Präsident des Bayerischen Turnverbands, betont: „Unser gemeinsames Ziel ist es, Ernährungs- und Bewegungskompetenz bei Kindern und Jugendlichen gleichermaßen zu stärken. Deshalb liegt uns die Zusammenarbeit sehr am Herzen.“

Die Turnerinnen und Turner werden während der Veranstaltung in Schulen übernachten. Dank der EDEKA Südbayern dürfen sie sich morgens unter anderem auf frisches Obst, Frühstücksmüslis, Quark und Joghurt freuen. „Es ist uns sehr wichtig, dass unsere Turnfestteilnehmenden mit einem sehr guten Frühstück in den

ereignisreichen und anstrengenden Tag starten. Mit der Hilfe von EDEKA Südbayern können wir dieses Vorhaben nun ideal erreichen“, führt Dr. Alfons Hölzl aus.

„Die Förderung des Breitensports in diesem Rahmen bedeutet für uns auch, gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen“, erläutert Claus Hollinger das Engagement des genossenschaftlichen Unternehmensverbands. Denn so sensibilisiert die EDEKA Südbayern an der Seite des Bayerischen Turnverbands auch Kinder und Jugendliche für wertvolle Lebensmittel. „Je früher, desto besser – und desto gesünder“, findet Hollinger. Für das Bayerische Landesturnfest 2023 sind deshalb auch interaktive Informationsstände rund um den Themenkomplex „ausgewogene Ernährung“ geplant. Ebenfalls von den beiden Kooperationspartnern angedacht ist ein Angebot für die Regensburger Schulen im Rahmen des Schulaktionstags. Gemeinsam starten die EDEKA Südbayern und der Bayerische Turnverband e. V. in den nächsten Wochen in die Konzeption und Detailplanung.

EDEKA Südbayern im Überblick

Die EDEKA Südbayern Handels Stiftung & Co. KG mit Sitz in Gaimersheim bei Ingolstadt ist mit einem Gesamtjahresumsatz von mehr als 4,35 Milliarden Euro im Jahr 2020 die Nummer Eins unter den Einzelhandelsunternehmen im südbayerischen Raum. Zum Unternehmen gehören auch die Produktionsbetriebe Südbayerische Fleischwaren GmbH und die Backstube Wünsche GmbH. Einschließlich der selbständigen Einzelhandelsbetriebe bietet der Unternehmensverbund EDEKA Südbayern Arbeitsplätze für insgesamt rund 27.000 Menschen, darunter etwa 1.600 Auszubildende. Aus seinen Logistikzentren in Eching, Gaimersheim, Landsberg/Lech, Straubing und Trostberg versorgt das Unternehmen etwa 1.300 EDEKA-Märkte mit hochwertigen Lebensmitteln. Über 1.000 der Super- und Verbrauchermärkte werden durch rund 660 selbständige Einzelhändlerinnen und Einzelhändler geführt. Die übrigen werden von 100-prozentigen Tochtergesellschaften der EDEKA Südbayern in Eigenregie betrieben (Neukauf Südbayern GmbH, NK Südfilialen GmbH, EDEKA SB-Warenhausgesellschaft Südbayern mbH, NK Westfilialen GmbH).

Kontakt Pressestelle EDEKA Südbayern:

Christian Strauß

Ingolstädter Str. 120

85080 Gaimersheim

Tel.: +49 (0)8458) 62-175

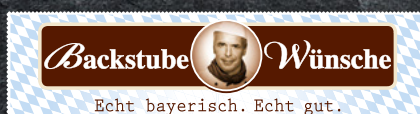
E-Mail: pressestelle.suedbayern@edeka.de



Südbayern

Wir ♥ Bayern.

über 100 Jahre in der Region
...eine Liebe die verbindet.



Turnfestgala lädt zum Staunen, Lachen und auch Träumen ein.



Die Turnfestgala im Rahmen des 33. Bayerischen Landesturnfests in Regensburg lädt alle zum Staunen, Lachen und auch Träumen ein. Denn dieses Mal kreiert die Regensburger Traumfabrik mit ihren Profi-Künstlern und den Sportgruppen des BTV eine einzigartige Symbiose aus Sport und Kunst. Mit viel Humor, Poesie, weltmeisterlicher Artistik, spektakulärer Wurfakrobatik, archaischem Feuer, modernster LED-Technik und atemberaubenden Lichtinszenierungen werden die Zuschauer in eine andere Welt entführt.

Die Traumfabrik hat mit ihrem „Showtheater der Phantasie“ bereits über 500.000 Zuschauer verzaubert. Mit ihrem eigenen Programm touren sie jährlich nach Weihnachten mit über 40 Shows durch Süddeutschland und treten national und international bei großen Veranstaltungen für Firmen und Verbände auf. Der Gründer der Traumfabrik Rainer Pawelke konzipierte bereits die Eröffnungsfeier der Turnkunst-Weltmeisterschaft in Stuttgart. Auch bei der nächsten Traumfabrik-Generation ist die Liebe zum Sport geblieben, u.a. mit der Inszenierung der Bühnenshow für die Leichtathletik-EM in Amsterdam.

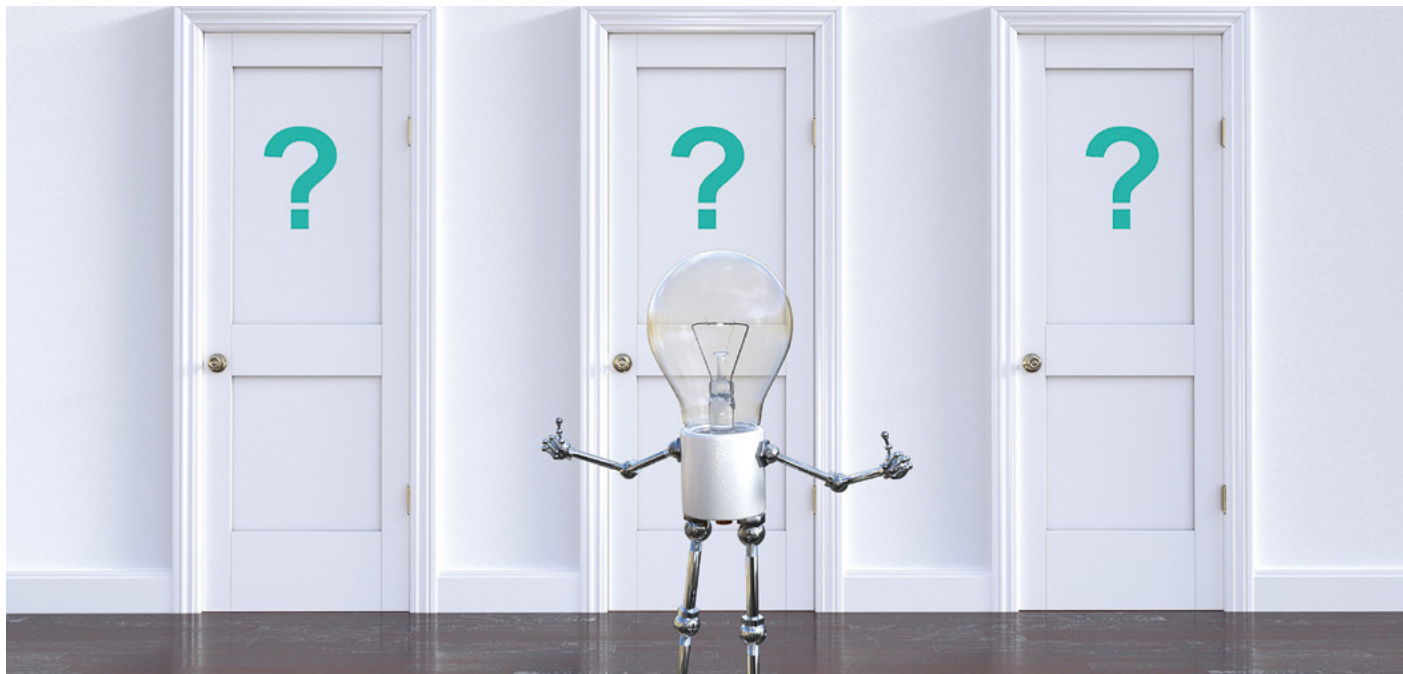
Entsprechend erfreut über die Zusammenarbeit zeigte sich die Sportdirektorin des Bayerischen Turnverbands, Kerstin Schilpp: „Dank der Erfahrung und Expertise der Traumfabrik sind wir davon überzeugt, dass die Turnfestgala zu einem großartigen Event wird. Die besondere Mischung aus Gruppen des Bayerischen Turnverbands und professionellen Künstler*innen des Showtheaters werden die Zuschauer*innen begeistern. Wir freuen uns sehr auf dieses Highlight und laden natürlich auch die Regensburger Bevölkerung recht herzlich ein, dabei zu sein.“

Unter der Leitung von Nicole Pawelke und Ingo Pawelke, der Traumfabrik-Geschäftsführer, werden eindrucksvolle Darbietungen und unvergessliche Momente erwartet: „Für uns ist es eine Ehre, die Turnfestgala 2023 in unserer Heimatstadt Regensburg zu konzipieren. (...)“. Eine Show der besonderen Art, die viele Höhepunkte aus Turnen, Akrobatik, Tanz und vielfältigen Bewegungshighlights im Audimax der Universität Regensburg bietet.

Alle Turnfestteilnehmer*innen können sich ihre Karte im Rahmen ihrer Vereinsbuchung sichern. Doch wie bereits erwähnt, ist dieses Highlight explizit auch für die Regensburger Bevölkerung sowie alle Interessierten verfügbar. Insgesamt wird es vier Veranstaltungen im Audimax der Universität Regensburg geben, eine am Freitag, den 28. April und drei am 29. April. Darüber hinaus gibt es für Besucher*innen noch zahlreiche weitere Möglichkeiten das Turnfest hautnah zu erleben. Weitere Informationen findet ihr unter www.turnfest23.de.

Das 33. Landesturnfest findet vom 28.04. bis 01.05.2023 in Regensburg statt. Mit etwa 12.000 teilnehmenden Athlet*innen sowie an die 100.000 Besucher*innen ist es das größte Breitensportevent in Bayern. Sportbegeisterte erwarten Wettkämpfe, Mitmachangebote, Shows und vieles mehr aus der vielfältigen Welt des Turnsports.

Lehrgänge zum Ende des Jahres 2022



Wir haben auch zum Ende des Jahres 2022 noch sehr viele interessante und lehrreiche Lehrgänge im Angebot. Du möchtest dich weiterbilden und deine Lizenz in diesem Jahr verlängern? Dann sei schnell und melde dich an! Über Lehrgänge, die im ersten Quartal 2023 stattfinden, werdet ihr zeitnah über unseren Newsletter informiert. Seid auch gespannt auf unser neues Bildungsprogramm 2023 – es erwarten euch zahlreiche Lehrgänge aus den verschiedensten Bereichen.

Hier könnt ihr euch das Bildungsprogramm für die postalische Zusendung vorbestellen:



Gerne könnt ihr auch immer auf unserer Homepage

WEB btv-turnen.de vorbeischauen.

Kampfrichter-D-Schulung "Kompakt" - Trampolin

LG-Nr.: 2032306
Termin: 28.10. - 30.10.2022
Ort: Online
Meldeschluss: 24.10.2022

DTB-Basisschein Trampolinturnen - Aufbaukurs

LG-Nr.: 2032517
Termin: 07.11. - 13.11.2022
Ort: Landesleistungszentrum des BTV
Meldeschluss: 31.10.2022

Professional Workout Instructor - Modul Kräftigung mit dem Eigengewicht

LG-Nr.: 3072012
Termin: 11.12.2022
Ort: TV Augsburg 1847 e. V.
Meldeschluss: 11.11.2022

Wertungsupdate für die Trainingspraxis - Trainerfortbildung Rhönradtturnen

LG-Nr.: 2072303
Termin: 03.12. - 13.11.2022
Ort: Online
Meldeschluss: 07.11.2022

In diesem Modul erlernst du, wie du eine solche Kursstunde planst und welche Übungen sich besonders dafür eignen.

Ausblick auf die Neuerungen in den Wertungsbestimmungen für die Trainingspraxis

TGW goes Online: Motivation und Feedback im Training

LG-Nr.: 3052319
Termin: 22.11.2022
Ort: Online
Meldeschluss: 15.11.2022

Im Seminar wird der Unterschied zwischen Feedback und Instruktion erläutert. Es werden Voraussetzungen für eine gute Instruktion bzw. ein gutes Feedback, Fehler und Tipps an Beispielen besprochen, wobei auch auf das Alter der Turnerinnen und Turner eingegangen wird. Des Weiteren steht das Thema Motivation im zweiten Teil des Seminars im Vordergrund. Was ist denn eigentlich Motivation? Wie motiviere ich Turner und Turnerinnen in unterschiedlichen Altersstufen? Welche Anreize muss ich setzen?

Choreografie

LG-Nr.: 3062005
Termin: 19.11.2022
Ort: Bezirkssportanlage Nord-Ost
Meldeschluss: 17.11.2022

Tageslehrgang mit Kurzeinblicken in die Aspekte der Choreografie. Themenschwerpunkte werden unter anderem Raum(gestaltung), Handlung, Musik/akustischen Handlung sowie der Einsatz von Objekten und Großgeräten sein. Innerhalb des Lehrgangs werden zudem die Mitmachmöglichkeiten an Gruppenvorführungen und Gruppenwettbewerben aufgezeigt.

Professional Workout Instructor - Modul Workout 50 Plus

LG-Nr.: 3072011
Termin: 26.11.2022
Ort: Haag an der Amper
Meldeschluss: 26.10.2022

Workout 50 plus: Was ist bei der Zielgruppe Best Ager zu beachten? Welche Übungen sind sinnvoll? Wie kann ich Basisübungen aus dem Workout altersgerecht umfunktionieren? Ferner wird das große Thema Beckenboden in Theorie und Praxis erörtert.

Yoga-Workshop Umkehrhaltungen und Armstützhaltungen

LG-Nr.: 3082027
Termin: 27.11.2022
Ort: TV Augsburg 1847 e. V.
Meldeschluss: 27.10.2022

Armstützhaltungen fördern zugleich Selbstvertrauen und Bescheidenheit, da sie oft herausfordernd sind. Mit Vorübungen, Technik und Geduld erarbeiten wir uns einige Armstützhaltungen. Umkehrhaltungen können sowohl fordernd als auch regenerativ sein und stellen die Welt auf den Kopf. Wir bauen Umkehrhaltungen langsam auf und erörtern ihre Wirkung und die Gefahren, die in ihnen stecken.

Yoga-Workshop: Sonnengröße A + B

LG-Nr.: 3082016
Termin: 03.12.2022
Ort: Der PilatesRaum
Meldeschluss: 30.11.2022

Durch Varianten einzelner Asanas können diese zwei Übungsabfolgen vielfältig auf verschiedene Stundeninhalte und Zielgruppen abgestimmt werden z.B. für Einsteiger*innen, Sportler*innen, Menschen mit sitzenden Berufen, Bewegungseingeschränkte (Schulter, Knie), Ältere. Wir besprechen Aspekte der Anatomie, der Ausrichtungsprinzipien und üben und entwickeln individuelle Varianten.

Yoga-Workshop: Ausrichtung & Korrektur (Alignment)

LG-Nr.: 3082017
Termin: 04.12.2022
Ort: Der PilatesRaum
Meldeschluss: 04.11.2022

Übungen für eine kraftvolle Aufrichtung und für die Öffnung der Brustbereiche sind eine gute Vorbereitung für exakt ausgerichtete Drehhaltungen. Diese kräftigen die Muskeln im Rumpf und um die Wirbelsäule, sind wertvolle Bestandteile jeder Yogastunde und ein bereichernder Ausgleich zu den oft einseitigen Bewegungen des Alltags. Alignment und Anatomie besprechen wir anhand der konkreten Asanas. Das Anleiten der Haltungen und kleiner Sequenzen wird gemeinsam geübt.

Yoga-Workshop Drehhaltungen

LG-Nr.: 3082026
Termin: 26.11.2022
Ort: TV Augsburg 1847 e. V.
Meldeschluss: 26.10.2022

Dieser Workshop widmet sich ganz der Asana-Gruppe Drehhaltungen und der Gestaltung einer Unterrichtsstunde mit diesem Schwerpunkt. Berücksichtigt werden dabei die Aspekte der körperlichen, energetischen und seelischen Wirksamkeit und Ausrichtung, die Einfluss auf alle Elemente einer Unterrichtsstunde haben.

Rücken-Workshop: Rückentraining mit Kleingeräten

LG-Nr.: 3082060
Termin: 26.11.2022
Ort: TV Augsburg 1847 e. V.
Meldeschluss: 26.10.2022

Langeweile in der Rückenstunde? Auf keinen Fall! Bringe Abwechslung in dein Rückentraining mit verschiedenen Kleingeräten wie Stab, Rolle, Bändern und Bällen aller Art. Entdecke die Vielfältigkeit und nutze die Vorteile von Zusatzequipment. Das vorherige Besuchen des Rücken-Grundlagenmoduls ist von Vorteil.

Workshop Faszientraining

LG-Nr.: 3082305
Termin: 08.11.2022
Ort: Online
Meldeschluss: 01.11.2022

Erfahre in diesem Online-Seminar die wichtigsten theoretischen Hintergründe des Faszientrainings sowie die praktische Anwendung und was dabei zu beachten ist.

Qigong Prüfung

LG-Nr.: 3082049
Termin: 26.11. - 27.11.2022
Ort: TSV Starnberg 1880 e. V.
Meldeschluss: 26.10.2022

Vertiefung der Elemente Wasser, Holz, Feuer, Erde und Metall. Prüfung in Theorie und Praxis (Demonstration und Lehrprobe).

Rücken-Workshop entspannter Rücken - frei von Verspannungen

LG-Nr.: 3082361
Termin: 05.12.2022
Ort: Online
Meldeschluss: 30.11.2022

Endlich frei von Verspannungen dank verschiedener Methoden. Lerne, wie du Selbsthilfe anwenden kannst und welche Inhalte sich für deine Kursstunde anbieten. Für diesen Workshop benötigst du einen Tennisball.

Projekte umsetzen - kein Problem!

LG-Nr.: 4032001
Termin: 03.12.2022
Ort: Augsburg
Meldeschluss: 27.11.2022

Turngala, Wettkampfausrichtung oder Trainingslager - das alles sind Projekte. Ein Projekt managen klingt so simpel, doch oftmals leiden die Nerven: Wer unterstützt mich bei der Umsetzung? Wie behalte ich Kosten und Zeit im Blick? Woran muss ich noch denken? Fragen über Fragen. Wir tauchen in die Grundlagen des Projektmanagements ein.

Drums Alive® Workshop - Wellness Beats

LG-Nr.: 3082367
Termin: 03.12.2022
Ort: Online
Meldeschluss: 27.11.2022

Durch Trommeln werden Veränderungen im zentralen Nervensystem bewirkt. Die rhythmische Stimulation beeinflusst die elektrische Aktivität in vielen sensorischen und motorischen Bereichen des Gehirns. Mehrere Impulse entlang verschiedener Nervenbahnen werden im Gehirn weitergeleitet. Eine vorherige Teilnahme am Drums Alive® Certification Training ist gewünscht.

Jetzt anmelden unter:

WEB btv-turnen.de/bildung/lehrgangssuche

NICHTS MEHR VERPASSEN!

FOLGE UNS AUF



btv.turnen



turnen.bayern



turnenbayern

ELISABETH SEITZ KOLLEKTION

MERCHANDISE, TURNMATTEN UND MEHR!



Jetzt erhältlich, die neue Elisabeth Seitz Kollektion bestehend aus **Merchandise, Methodik- und Trainingsgeräten**. Verkauf der Methodik- und Trainingsgeräte erfolgt über unsere Fachhändler. Gerne nennen wir Ihnen einen Händler in Ihrer Nähe.



SENIORENSPORT- KONGRESS 2022

SAVE THE DATE

Am 19.11.2022 in Schweinfurt
btv-turnen.de

Deutsche Arthrose-Hilfe e. V.

Was tun bei Arthrose?

Arthrose befällt nicht nur Knie, Hüften und Hände. Auch die Wirbelsäule kann daran erkranken. Dies führt oft zu starken Schmerzen im Rücken, im Gesäß, in der Leisten- gegend oder auch in den Beinen bis hinunter zu den Füßen. Was kann man selbst dagegen tun? Wie kann man die Schmerzen und Einschränkungen lindern? Zu diesen wichtigen Fragen und auch zu allen anderen Anliegen bei Arthrose gibt die Deutsche Arthrose-Hilfe e.V. erneut nützliche, praktische Empfehlungen, die jeder kennen sollte. Zudem fördert sie die Arthroserforschung bundesweit mit bisher über 400 Forschungsprojekten und einer Stiftungsprofessur. Eine Sonderausgabe ihres Ratgebers „Arthrose-Info“ kann kostenlos angefordert werden bei: Deutsche Arthrose-Hilfe e.V., Postfach 110551, 60040 Frankfurt (bitte gerne eine 0,85-€-Briefmarke für Rückporto beifügen) oder per E-Mail an: service@arthrose.de (bitte auch dann gerne mit vollständiger Adresse für die Zusendung des Ratgebers).

Arthrose – welche Bewegungsprogramme passen?

LG-Nr. 21 750 308 006

Viele unserer Teilnehmer leiden unter Arthrose in verschiedensten Gelenken. Dass Sport auch bei Arthrose von größtem Nutzen ist, ist zwar bekannt, doch herrscht häufig Unsicherheit, in welcher Form die Übungen modifiziert werden müssen, um den Teilnehmern gerecht zu werden.

Im Theorieteil des Lehrgangs werden die Besonderheiten von Sport und Arthrose erläutert, im praktischen Teil werden wohltuende Übungen bei Arthrose vorgestellt, sowie Differenzierungs- und Modifizierungsmöglichkeiten aufgezeigt.

Termin: Samstag, 02.10.2021 - 10:00 Uhr bis 16:30 Uhr

Ort: Lindighalle, Am Sportplatz 6, 63791 Karlstein-Dettingen

Teilnehmer: Übungsleiter/Interessierte

Referentin: Daniela Ludwig, Dipl.-Sportlehrerin für Prävention und Rehabilitation, Buteyko-Atemtechnik, Sporttherapie

Gebühr: Mitglieder von Vereinen, die zahlendes BTV-Mitglied sind: 50 €
Sonstige Personen: 75 €

Mitzubringen: Gymnastikmatte, Verpflegung

Lizenzverlängerung:

- All** Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
- FuG** Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit
- P** Übungsleiter B Breitensport - Sport in der Prävention
- S** Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Sport für Ältere)
- BLSV** Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

Deutsche Arthrose-Hilfe e.V.

Postfach 11 05 51
60040 Frankfurt/M.

 www.arthrose.de
 information@arthrose.de

Wir schaffen das!



Regensburger Turnerinnen und Turner packen beim #turnfest23 mit an.

Im Grunde gilt dasselbe wie bei jedem Vereinsevent: Ohne viele Hände und Köpfe von Freiwilligen geht gar nichts. Beim 33. Bayerischen Landesturnfest in Regensburg, zu dem bis zu 12.000 Teilnehmer*innen und 100.000 Besucher*innen erwartet werden, ist das nicht anders. Klar, dass da die hauptamtlichen Organisatoren vor allem bei den Vereinen vor Ort und in der Region anklopfen und um Hilfe bitten. Denn es gibt Aufgaben, für die eine gewisse Ortskenntnis unabdingbar ist, z.B. für die richtige Beschilderung vor Ort oder für Fahrdienste.

Auf Nicola Petri, Übungsleiterin und Sportwart (weiblich) Turnen, wartet eine besondere Herausforderung. Ihre Turnabteilung, die des SV Donaustauf e. V., hat es sich zur Aufgabe erkoren, während des #turnfest23 die Das Stadtwerk. Donau-Arena zu betreuen. In der gigantischen Eissporthalle mit 5.000 Plätzen, in der an anderen Tagen auch Rockkonzerte und Schlagerfestivals stattfinden, starten die großen Meisterschaften des Bayerischen Landesturnfestes. Die Aufgabe für die Donaustäufer: Einlasskontrolle, Aufbau, Abbau, Bodenläufer raus, Bodenläufer rein, vor Ort sein, den Weg weisen und und und. Das bedeutet eine gewaltige Herausforderung

für einen ganz normalen Ortsverein. Zum Glück haben die Turnerinnen und Turner schon ein gewisses Maß an Organisationstalent bewiesen. Alle zwei Jahre, so auch dieses Jahr im November, startet ihr „Sportspektakel“, eine Turn- und Sportgala mit 500 Besucher*innen pro Abend. Genug, um Tricks und Kniffe erlernt zu haben, z.B. das richtige Timing für bestimmte Einsätze. „Im Augenblick weiß ich noch nicht, wie wir diese gewaltige Aufgabe stemmen sollen.“ Aber die Erfahrung lehrt: „Unsere Leute lassen uns nicht im Stich.“ Erfahrungsgemäß gelingt es ihr sogar, die anderen Sportabteilungen wie z.B. die Fußballer bei einem solch bedeutenden Event wie dem #turnfest23 bei der Ehre zu packen und zum Mithelfen zu bewegen. Vor allem die Seniorinnen und Senioren stechen beim Anpacken hervor. So kann Petri auf ein eingespieltes Back-Team und ein routiniertes Aufbau-Team zurückgreifen. Den Donaustauern kommt entgegen, dass die Das Stadtwerk.Donau-Arena keine fünf km entfernt liegt und zwar, genau wie sie selbst, auf der nördlichen Donauseite.

Räumliche Nähe ist nicht unbedingt ein Pfund, mit dem Andreas Stumpe wuchern kann. Denn er wohnt inzwischen in Krummennaab im Landkreis Tirschenreuth. Trotzdem ist er der Vorsitzende eines ganz besonderen Regensburger Vereins, nämlich des FC Inter 09 Regensburg. Dieser Verein hat sich der Inklusion behinderter Menschen verschrieben. Es gibt eine Blindenbaseballmannschaft, die Bavarian Bats in Freising, Basketball für Menschen mit Handicap, Hallen-Boccia und im Augenblick ist eine Radsparte im Aufbau. 2013 führte der FC Inter 09 einen

Spieltag der Blindenfußball-Bundesliga in der Regensburger Innenstadt durch. Die Mitglieder kommen aus dem ganzen Stadtgebiet und den umliegenden Landkreisen. Für die Sportlerinnen und Sportler des FC Inter 09 ist es eine Selbstverständlichkeit, dass sie sich für das #turnfest23 in „ihrer“ Stadt engagieren. Denn auch wenn die meisten Mitglieder auch eine Behinderung haben, können sie dennoch mit speziellen Fähigkeiten helfen.



So gibt es z.B. Sportler*innen aus dem Verein, die einen VW-Bus fahren und mit diesem Personen transportieren könnten. Wieder andere werden zur Nachbetreuung von Unterkünften eingeteilt. Mit ungefähr 15 engagierten Volunteers will der kleine Verein mit insgesamt 70 Mitgliedern dabei sein. Dabei können sie auch schon auf einen gewissen Erfahrungsschatz zurückgreifen. Der FC Inter 09 hat im Rahmen des Helferfestes Boccia mit den Besucher*innen des Festes gespielt.

So unterschiedlich der SV Donaustauf und Inter 09 Regensburg in ihren Strukturen auch sind, es zeigt sich: Auf jeden wartet die passende Aufgabe. Denn damit das 33. Bayerische Landesturnfest ein Erfolg wird, braucht es alle helfenden Hände.

Achim Reinhart



Wir sind im Turnfestfieber!



In Bayern geht es heiß her. Von der Vertragsunterzeichnung zum Bayerischen Landesturnfest 2023 zu den European Championships über das Feuerwerk der Turnkunst bis hin zur Durchführung unseres Bayerischen Landesturnfestes 2023 in Regensburg – alles steht unter dem Stern des Sports.

Am 18.05.2021 unterzeichneten der Bayerische Turnverband und die Stadt Regensburg den Vertrag zur Durchführung des Bayerischen Landesturnfestes 2023 in Regensburg. Damit ist der Grundstein für Bayerns größtes Breitensportevent gelegt. Über 10.000 Teilnehmer*innen und 100.000 Besucher*innen aus ganz Deutschland werden vom 28.04.-01.05.2023 erwartet, um gemeinsam dem Motto „Vielfalt, Erlebnis, Gemeinschaft – Regensburg steht Kopf!“ nachzueifern. Vier Tage lang werden Sport, Show, Kultur und Bildung vereint. In einer Vielzahl von Wettbewerben, Mitmachangeboten und Veranstaltungen kann sich die Bevölkerung auf ein Wochenende voller Turnsport freuen. Im engen Austausch mit der Stadt Regensburg und den örtlichen Turn- und Sportvereinen steht der Weg offen für ein unvergessliches Ereignis im kompletten Stadtgebiet und den zugehörigen Wettkampforten.

Daran anknüpfend wird bekannt gegeben, dass Bayerns aktuelles Turn-Aushängeschild mit von der Partie sein wird: Lukas Dauser, Silbermedaillen-Gewinner am Barren bei den Olympischen Spielen 2021 in Tokio, ist offizieller Botschafter des größten Breitensportevents im Freistaat. Er soll mit seiner Popularität auf die Turnbewegung in Bayern aufmerksam machen und die attraktiven Angebote des 33. Bayerischen Landesturnfestes in der deutschen Turnwelt platzieren. Sein Vorbild-Charakter soll alle Turnerinnen und Turner zu einer Teilnahme am Landesturnfest animieren, eine durch die Pandemie verloren gegangene Lust am Turnsport neu entfachen und schlussendlich nachhaltige Turnbegeisterung wecken.

Weiter geht es zum nächsten Highlight – den European Championships 2023 in München. Vom 11.08.-21.08.2022 kämpften über 4700 Athlet*innen in neun Sportarten um ihre Meistertitel. Darunter auch unser Turnfestbotschafter Lukas Dauser. Mit seinem Finaleinzug konnte er abermals seine Stärke und sein Können präsentieren. Im Rahmen dieses Events kam gleichfalls unser Turnfest nicht zu kurz. Mit einem umfänglichen Informationsangebot, der Möglichkeit auf unseren AirTrack-Bahnen

aktiv zu werden und am EC-Sportabzeichen teilzunehmen, war auch Raum für die Teilnahme an unserer Sommeraktion „Heiß auf Turnfest“. Zahlreiche kreative Bilder und Videos, gemeinsam mit unserem #turnfest23-Schild, gingen bei uns ein.

Bevor im April jeder gänzlich vom Turnfestfieber mitgerissen wird, steht noch ein weiterer Höhepunkt auf der Agenda. Das Feuerwerk der Turnkunst tourt vom 13.01.-15.01.2023 von Nürnberg über München nach Bamberg. Bei den Auftritten der Weltklasse-Artist*innen und atemberaubenden Künstler*innen erleben Zuschauer*innen sportliche und künstlerische Meisterleistungen in faszinierender Atmosphäre. Tickets für die jeweiligen Veranstaltungsorte können noch erworben werden. Im Zuge dessen wird dort gleichermaßen unser Turnfest Aufmerksamkeit erregen. Gemeinsam mit BaLaTu, unserem offiziellen Turnfestmaskottchen, werden wir unsere Turnfest-Vibes transportieren und auf das Bayerische Landesturnfest einstimmen.

Es ist also immer etwas geboten. Seid Teil dieser großartigen Gemeinschaft und teilt eure Begeisterung zum Turnfest. Wir sehen uns 2023 in Regensburg!



**BAYERISCHES
LANDESTURNFEST**
Vielfalt. Erlebnis. Gemeinschaft. Regensburg steht Kopf!



SPORT-THIEME

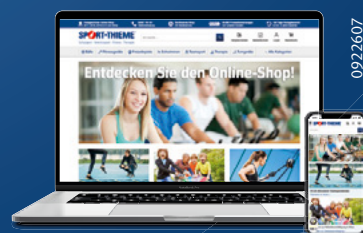
Partner des



SCHULSPORT • VEREINSSPORT • FITNESS • THERAPIE

Sport-Thieme ist **seit über 70 Jahren** in Deutschlands Sportstätten zu Hause. Mittlerweile profitieren Sport-Thieme Kunden europaweit von dem **umfangreichen Qualitätsangebot**.

In unserem Katalog und Online-Shop bieten wir über **19.000 Artikel** an. Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen mit **100 Tagen Rückgaberecht** und mindestens **3 Jahren Garantie!**



Wir sind Ihr Team!

[sport-thieme.de](https://www.sport-thieme.de)



Aufruf an alle Turnvereine der Oberpfalz



Turnhistorische Ausstellungen bei Landesturnfesten sind Tradition! Es wird darin die Entwicklung des Turnsportes in der jeweiligen Region dargestellt und sie bilden somit stets eine kulturelle Bereicherung der Veranstaltung. Sowohl Teilnehmer*innen als auch Besucher*innen zeigen stets reges Interesse. Beim letzten Landesturnfest in Schweinfurt wurden ca. 1600 Gäste gezählt.

Der Bayerische Turnverband wird auch während des 33. Bayerischen Landesturnfestes vom 28.04. - 01.05.2023 in Regensburg wie schon 2001 wieder eine Turnhistorische Ausstellung zeigen. Ausstellungsort wird das repräsentative Gebäude des Hauses der Bayerischen Geschichte sein.

Besonders inspirierend wird es sein, korrespondierende Ausstellungen zu besuchen. Dazu wurde die Sonderausstellung "Bavaria und Olympia" im Haus der bayerischen Geschichte eigens für die Turnfestteilnehmenden verlängert und sogar am Turnfestsonntag eine exklusive Abendöffnung des Museums bayerische Geschichte eingerichtet. Freien Eintritt gibt es außerdem im Historischen Museum der Stadt mit seinen Bezügen zum bewegenden Alltag der Turnfeststadt.

Der BTV-Landesausschuss Kultur wird spezielle Angebote für Führungen und ein attraktives Begleitprogramm veröffentlichen.

Wir möchten, dass sich auch dein Verein vorstellen kann!

Traditionsbewusste Vereine und Privatpersonen werden gebeten, für diese Großveranstaltung des Bayerischen Turnverbandes im nächsten Jahr geeignete Stücke zur Verfügung zu stellen. Gesucht werden insbesondere alte Plakate, Siegerauszeichnungen, Urkunden, Festabzeichen, besondere Ehrengaben, Erinnerungskrüge, Postkarten, evtl. kirchliche Mitwirkungen oder Verbote, Fotos, Besonderheiten des Vereins usw. Sehr willkommen sind uns auch alte Geräte oder Sportkleidung. Kurz: alles, was die Entwicklung in der Turngeschichte des Vereins wiedergibt.

Vereine und Privatpersonen, die geeignete Exponate besitzen, werden gebeten sich mit dem Landesbeauftragten Kultur und Tradition in Verbindung zu setzen.

Dieter Thiel

☎ 09080/555

✉ dieter.thiel@btv-turnen.de

Der Plan, um einen Plan zu haben



Wem die beschriebene Situation völlig unbekannt ist, darf die beiden folgenden Seiten überspringen:

Nur noch eine Woche bis zur großen Turngala. Folgende Gedanken machen sich breit: Der Zeitplan steht noch nicht ganz. Wie lange braucht denn jede Gruppe? Gibt es eigentlich einen Empfang? Wo brauche ich Helfende? Fazit: Viel zu viele To Do's sind noch offen → Unruhe entsteht.

Zwei Tage davor: Wie werden die Gruppen geschminkt? Welche werden überhaupt geschminkt? Wo ziehen sie sich um? Oh Gott, haben wir jemanden für die Musik? Mist, es sind kaum Helfer zur Verfügung! → Panik steigt auf; Organisator*in kurz vor dem Nervenzusammenbruch.

Ein Tag danach: Gala toll gelaufen. Menschen zufrieden. Organisator*in braucht Urlaub.

Damit ihr danach nicht urlaubsreif seid, wollen wir euch in dieser Ausgabe einige Tipps zukommen lassen, die ihr in eure Veranstaltungsorga integrieren könnt.

Frühzeitig anfangen

Generell gilt: Je größer das Event, desto früher startet die Planung. Hierfür ist es vorab wichtig, festzulegen, wer den Hut aufhat. Jemand muss das Zepter in die Hand nehmen, denn bei ihm laufen alle Fäden zusammen und er verteilt die Aufgaben sinnvoll an seine Helfer*innen.

Zu Beginn sollten folgende Fragen geklärt werden:

- Was für ein Event planen wir? Es macht einen Unterschied, ob man eine Turngala oder ein Vereinsjubiläum über drei Tage plant. Gibt es ein Motto?
- Wo findet das Event statt? Bühne, Halle, Rasenfläche? Dabei wichtig: Welche Maße brauchen wir und welche stehen uns tatsächlich zur Verfügung? Was machen wir bei schlechtem Wetter? (Die Theorie „Es wird nicht regnen!“ funktioniert nicht immer)
- Wann macht es Sinn die Veranstaltung anzusetzen?
- Wie viel Geld haben wir zur Verfügung? Sind Sponsoren notwendig?

Sobald diese Punkte definiert und ausreichend geklärt wurden, geht es in die detaillierte Planung. Jede Veranstaltung braucht natürlich Akteure, die es zu bestimmen und anzufragen gilt. Dabei ist es entscheidend, ob ihr die Programmpunkte innerhalb eures Vereins besetzt oder extern – Programmviefalt ist hier das Stichwort.

Im ersten Fall reicht meistens eine Liste mit bisher allen bekannten Details als Aushang, in denen sich die

Gruppen/Personen eintragen können. Aber auch diese müssen frühzeitig Bescheid wissen, um ihre Einlage vernünftig vorbereiten zu können.

Falls ihr extern nach Showacts sucht, wird es schon deutlich schwieriger. Hier gilt: Ein gutes Netzwerk ist alles! Habt ihr es selbst nicht, dann wendet euch an jemanden, der weiterhelfen kann. So kommt man überhaupt an Kontakte sowie Empfehlungen und kann sich dann darüber zu weiteren Künstler*innen/ Gruppen vorarbeiten.

Show-Winner - Show-Killer

Mit Musik, Licht und Moderation steht und fällt jede Show. Techniker*innen und Moderator*innen sollten Erfahrung auf ihrem Gebiet haben. Denn einfach mal Musik machen und vor Menschen sprechen ist nicht jedermanns Sache und geht dann leider schief.

Gerade der Moderator muss Fingerspitzengefühl beweisen, indem er sich sowohl auf das Publikum einstellt, als auch die An- und Abmoderation für die einzelnen Gruppen passgenau vollführt. Vergesst bitte nicht, einen Moderationstext der Showacts anzufordern - der Moderator*in ist nicht allwissend. Bedenkt zudem, dass der Techniker*in im Vorfeld die Musik in guter Qualität benötigt, um diese einspielen zu können.

Ungefähr zwei bis drei Monate vor der Show solltet ihr den Zeitplan aufgestellt haben – je nach Komplexität der Show. Um dies bewerkstelligen zu können, braucht ihr alle relevanten Infos der Akteur*innen: Art der Darbietung, Länge, welche Requisiten, Moderationstext, Anzahl der Teilnehmer*innen für die Umkleidenplanung.

Kalkuliert bei jeder Gruppe einen kleinen zeitlichen Puffer für Auf- und Abgehen ein. Falls die Gruppen Requisiten benötigen, müssen raus diese rechtzeitig organisiert und zudem überlegt werden, wie viel Platz diese auf der Bühne einnehmen. Hier gilt: Kommunikation ist alles! Aber wer dauernd schreibt, bekommt schnell den Stempel „nervt“ aufgedrückt. Deswegen bitte immer strukturierte Nachrichten in regelmäßigen Abständen schicken.

Lernen, abgeben zu können

Circa zwei Wochen zuvor sollten Sie nochmals alle Infos (Umkleidemöglichkeiten, Ablaufplan, Verpflegung für Künstler*innen, usw.) den Künstler*innen zukommen lassen. Je informierter diese sind, desto entspannter sind sie am Tag der Gala. Schließlich ist nicht jeder ein Bühnenprofi.

Helfer*innen, die euch unterstützen, sind bei einer Veranstaltung sehr wichtig. Gebt ihnen auch das Gefühl, dass es so ist. Sie werden es euch danken und mithelfen, dass euer Event ein Erfolg wird. Wertschätzung im Ehrenamt ist unerlässlich.

Schließlich braucht ihr Helfer*innen für Deko, „Mädchen für Alles“, Platzeinweiser*innen, Gruppenbetreuer*innen,



Schildermacher*innen etc., was ihr frühzeitig kommunizieren müsst, sonst steht ihr wahrscheinlich ohne jede Hilfe da. Die Kunst, etwas organisieren zu können, heißt auch, Bereiche abgeben zu können. Lasst euch helfen und habt ein Auge drauf.

Je mehr ihr im Vorfeld erledigen könnt, desto entspannter und sicherer werdet ihr. Am Tag der Show sollte nämlich alles fertig sein, sodass auch ihr diese genießen könnt. Denkt also immer daran: Lasst euch nicht stressen, gebt euer Bestes und lächelt! Denn in der Regel kommt vieles anders, als man es eigentlich geplant hat. Dann heißt es, spontan sein, denn „the show must go on“.

Christine Königes

Lerne deine Projekte zu managen:

Projekte umsetzen - kein Problem!

LG-Nr.:	4032001
Termin:	03.12.2022
Ort:	Online
Meldeschluss:	27.11.2022

Turngala, Wettkampfausrichtung oder Trainingslager - das alles sind Projekte. Ein Projektmanagen klingt so simpel, doch oftmals leiden die Nerven: Wer unterstützt mich bei der Umsetzung? Wie behalte ich Kosten und Zeit im Blick? Woran muss ich noch denken? Fragen über Fragen. Wir tauchen in die Grundlagen des Projektmanagements ein.

Die Turnfestjünger



Die Turnerinnen und Turner des TSV Wolfratshausen 1864 e.V. nehmen seit Jahrzehnten an großen Turnfesten teil. Auch beim #turnfest23 trifft man sie wieder.

„Das Massenquartier gehört einfach dazu“, meint Abteilungsleiter Walter Halamek. Denn das, was Schlafsack und Isomatte an Convenience vermissen lassen, mache die gute Stimmung in den Übernachtungs-Schulen mehr als wett. Und das sei es, was die Turnerinnen und Turner des TSV Wolfratshausen 1864 e.V. an den Großereignissen wie dem Landesturnfest in Schweinfurt oder dem Deutschen Turnfest in Berlin fasziniere: die ganz spezielle Festival-Stimmung. Halamek muss keine Werbung machen, um die Leute in seinem Verein für die Teilnahme zu begeistern. „Ein Selbstläufer“. Der Funke sei schon da und springe ganz von alleine über. Die Wolfratshausener nehmen in der Regel mit bis zu 40 Männern, Frauen, Jugendlichen und Kindern an den großen Breitensport-Wettbewerben der Turnfeste teil, in Schweinfurt waren es sogar über 60. Einige engagieren sich mit Herzblut als Volunteer z.B. bei der Betreuung der Mitmachangebo-

te. Gemeinsam besuchen die TSVler die Turnfest-Galen und schauen den Spitzensportler*innen bei den Meisterschaften zu: „Wer jemals dabei war – ein Highlight“, konstatiert Halamek. Besonders beeindruckt ist der 66-jährige Abteilungsleiter Turnen von der Friedlichkeit der großen Turnfeste. Obwohl Zehntausende, bei den deutschen Turnfesten sogar Hunderttausende, zusammenkommen, bleibe alles friedlich und entspannt. „Das hat mir in Berlin ein Polizist im Gespräch bestätigt.“ Im Grunde genommen ein kleines Wunder.

Der TSV Wolfratshausen 1864 e.V. ist ein klassischer Breitensportverein. Die Turnabteilung umfasst ca. 900 Mitglieder. Davon sind ca. 400 sportlich aktiv: Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren. Stolz ist Halamek auf die 87 Übungsleiterinnen und Übungsleiter und deren Assistenten. Die Abteilung hat anders als viele andere Vereine kaum Nachwuchs-Probleme. Vielleicht macht das ihr breites Angebot aus, das von Klassikern wie Gerätturnen, Mutter-Kind-Stunden, Fitness-, Gesundheits-sport und Seniorenturnen bis zu trendigen Angeboten wie Intervalltraining und Parkour reicht. Ganz neu ist ein Zirkusprojekt mit dem Profi Solomon Solgit in Kooperation mit dem Wolfratshausener Jugend-Förderverein – ein i-Tüpfelchen im Angebot. Der Verein sponsert die Teilnahme an den Landes- und Bundesturnfesten großzügig. Denn das Ziel sei laut Halamek, möglichst viele Kinder und Jugendliche in den Genuss eines Turnfest-Erlebnisses kommen zu lassen. Die Startgebühren werden auf jeden Fall ersetzt, die Übernachtungskosten in der Regel bezuschusst. Die vereinsinterne Organisation der Teilnahme

an den Turnfesten ist zwar viel Arbeit, lohnt sich aber. Hier kann Halamek auf ein Organisationskomitee zurückgreifen, welches diese Tätigkeit übernimmt. Bei der Anreise kommen die Vereinsbusse zum Einsatz, entweder als Versorgungsfahrzeug und die Mannschaft reist mit dem Zug voraus oder gleich zum Personentransport. Und – keine Frage – die Wolftratshausener sind im April in Regensburg beim #turnfest23 mit dabei.

Halamek selbst turnt, seit er 8 Jahre alt war. „Turnen ist ein Teil meines Lebens“. Und dazu gehören auch die großen Turnfeste. Bei Landesturnfesten und dem Deutschen Turnfest stellt er sich als Kampfrichter zur Verfügung. Natürlich übernachtet er gemeinsam mit ihnen in den leergeräumten Klassenzimmern und improvisiert die Körperpflege auf den Schultoiletten oder unter den Duschen der Wettkampfstätten. Aber das sei alles noch kommod: „Beim Bergturnfest in Brixen haben wir in Zelten übernachtet.“ Auch im kommenden Jahr ist Halamek wieder mit dabei. Regensburg wird er sich nicht entgehen lassen.

Achim Reinhart





Deine Marke für Gesundheit und Fitness

Anzeige

NEU:

www.togu.de/club



Gesund trainieren für mehr Gleichgewicht und Wohlbefinden.

Jacaranda®



Jacaranda® CD



TOGU® Brasil®
berry

NEU!



TOGU® Jumper®



Aero-Step® Pro



Redondo® Ball



Actiball® Relax
Größe: S, M, L



Geprüft und empfohlen vom Forum: Gesunder Rücken - hesser leben e.V. und dem Bundesverband deutscher Rückenschulen (BdR) e.V. Weitere Infos bei: www.agr-ev.de

TOGU GmbH

Atzinger Str. 1 • D-83209 Prien • Bachham • Fon: +49 (0) 80 51 | 90 38 - 0 • www.togu.de • e-mail: info@togu.de

www.togu.de

Programmhighlights



Turnfestgala

Ein Highlight der Programmplanung stellt die Turnfestgala 2023 dar. Denn dieses Mal kreiert die aus Regensburg stammende Traumfabrik mit ihren Profi-Künstler*innen und den Sportgruppen des BTV eine einzigartige Symbiose aus Sport und Kunst. Mit viel Humor, weltmeisterlicher Artistik, spektakulärer Wurfakrobatik und atemberaubenden Lichtinszenierungen werden die Zuschauer*innen in eine andere Welt entführt. Die Show wird insgesamt vier Mal im Audimax der Universität Regensburg aufgeführt, einmal am Freitag, 28.04.2023 sowie dreimal am Samstag, 29.04.2023. Festkarteninhaber*innen erhalten die Eintrittskarten zu einem Vorzugspreis über das Meldeportal GYMNET. Infos zum freien Kartenverkauf werden zu gegebener Zeit auf der Homepage veröffentlicht.

Die Deutsche Turnliga - weiblich

Alle Turnfestteilnehmer*innen und Besucher*innen können sich auf die Turnerinnen der deutschen Nationalmannschaft und internationale Spitzeturnerinnen in der „das Stadtwerk.Donau-Arena“ freuen. Erstmals in der langen Turnfesthistorie ist es gelungen einen Wettkampf der deutschen Turnliga im Rahmen des bay-

erischen Landesturnfestes auszutragen. Somit können sich alle Teilnehmer*innen und Besucher*innen neben zahlreichen bayerischen Meisterschaften auch auf nationalen Spitzensport in der attraktiven Multifunktionsarena in Regensburg freuen. Auch hier erhalten die Festkarteninhaber*innen die Eintrittskarten zu einem Vorzugspreis über das Meldeportal GYMNET.

Landesturnfest Contests

Die kurzweiligen und spektakulären Einzel- und Team-Challenges ergänzen das umfangreiche Wettkampfprogramm und bieten für jede Leistungs- und Altersklasse eine passende Herausforderung. So wird die aus dem Turnfestprogramm nicht mehr wegzudenkende P29-Team Challenge mit Sicherheit wieder ein Programmhilghlight und erstmals auch für lokale Firmen und Organisationen geöffnet sein. Auch die 4XF-Games werden den Teilnehmer*innen, wie bereits 2019, wieder die allumfassende Fitness abverlangen – egal ob im Einzel oder im Team. Erstmals taucht der Turn-Warrior im Turnfestprogramm auf und wird Teilnehmende wie auch Zuschauer*innen in seinen Bann ziehen. Der Hindernisparcours auf Zeit stellt die turnerischen Fähigkeiten außerhalb der Turnhalle und der klassischen Geräte auf den Prüfstand. Ebenfalls feiert der Teamwettkampf „Fang mich doch“ Premiere beim Bayerischen Landesturnfest und garantiert Spaß sowie attraktiven Wettstreit. Darüber hinaus ist für alle Lauffreunde ein Turnfestlauf sowie Special Run

geplant. Alle Festkarteninhaber*innen können sich ihre Startplätze zu einem Vorzugspreis über das Meldeportal GymNet sichern.

Turnfestpartys

Unsere Partybegeisterten kommen ebenfalls nicht zu kurz: In vier Etappen legt ein Partyboot ab und lässt eine Donau-Schiffahrt der Extraklasse erwarten. Im Rahmen des 33. Bayerischen Landesturnfestes wird es exklusive Turnfest-Partys auf der CATWALK geben. Für alle, die lieber festen Boden unter den Füßen haben, bieten sich die Tuju-Partys, die Pub Crawls und die Turnermusik-Fete im Rahmen des Deutschen Turnermusikfestes zum Abfeiern an. Auch 2023 erhalten Turnfestteilnehmende wieder freien Eintritt zur Tuju-Party, die Kapazität ist jedoch begrenzt. Sichert euch deshalb die begehrten Tickets zeitnah im Meldeportal GymNet. Für die Partyboote erhalten Festkarteninhaber*innen natürlich einen Sonderpreis.

Seniorenangebote

Auch das 33. Bayerische Landesturnfest lädt im Rahmen seiner generationenübergreifenden Angebote wieder möglichst viele Seniorengruppen nach Regensburg ein. Dafür werden gezielt Veranstaltungen im Turnfest angeboten und Tagesprogramme vorbereitet. Das Angebot für Senioren geht von der Dampferfahrt, über das GYMWELT-Café bis hin zur Stadtführung und kann über das Meldeportal GymNet gebucht werden. Darüber

hinaus gibt es gesonderte Pakete für Seniorengruppen mit unterschiedlichen Schwerpunkten, die direkt in der Geschäftsstelle gebucht werden können (Kontaktperson: anita.dietrich@btv-turnen.de). Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen und ein generationenübergreifendes Landesturnfest.

Shows und Galas

Neben der Turnfestgala versprechen weitere Show- und Galaveranstaltungen kurzweilige Stunden und abwechslungsreiche Angebote. Mitreißen werden beispielsweise die Vorführungen ausgewählter Paare, Teams und Gruppen im Rahmen der Matinée. In puncto Vielfalt und Spitzenleistung wird dies ein weiterer Höhepunkt des Turnfestes. Bei der Medal Gala in der Das Stadtwerk. Donau-Arena werden die herausragenden Athletinnen und Athleten der Bayerischen Meisterschaften sowie der vergangenen nationalen und internationalen Wettkämpfe gewürdigt und können nochmals im Rahmen einer Show bewundert werden. Auch unsere Kleinen dürfen ihr Können zeigen und haben die Möglichkeit in der Kinderturnshow mit viel Kreativität und Bewegungsfreude das Publikum zu begeistern. Der musikalische Höhepunkt des Turnfestes wird das Festkonzert der Turnermusiker im Audimax der Universität Regensburg. Von feinsten sinfonischen Blasmusik bis zu Spielleutemusik wird eine große musikalische Bandbreite vorgetragen. Alle Veranstaltungen können Festkarteninhaber*innen über das Meldeportal GymNet zu einem Sonderpreis buchen. Infos zum freien Ticketverkauf werden zu gegebener Zeit auf der Homepage veröffentlicht.

WERDET BETREUUNGS- VEREIN



**BAYERISCHES
LANDESTURNFEST**

Vielfalt. Erlebnis. Gemeinschaft. Regensburg steht Kopf!

KONTAKT

stefan.niebler@btv-turnen.de

turnfest23.de

Feuerwerk der Turnkunst

EUROPAS ERFOLGREICHSTE TURNSHOW

20 % Rabatt
mit dem Code
BTV-S23

Wo
Weltklasse
bezahlbar
bleibt!



SPIRIT

TOURNEE
2023

Fr., 13.01.2023, 19 Uhr

Sa., 14.01.2023, 14 & 19 Uhr

So., 15.01.2023, 14 & 19 Uhr

Nürnberg

ARENA NÜRNBERGER VERSICHERUNG

München

OLYMPIAHALLE

Bamberg

brose ARENA

TICKETS & INFORMATIONEN

Sport-Thieme als Hauptsponsor beim Feuerwerk der Turnkunst – freue Dich exklusiv über 20 % Rabatt auf den regulären Ticketpreis. Tickets online platzgenau buchen unter www.feuerwerkderturnkunst.de. Tickets vor Rabatt nach Verfügbarkeit zwischen 15 und 69 € zzgl. Vorverkaufsgebühr. Infos unter (0511) 980 97 98.



PSD Bank
München eG



SPORT-THIEME

BAM!

WOBLA

Entwicklung des Frauenturnens in Bayern

Teil 2:

Die Frauen setzten sich durch

Ab etwa 1890 entstanden in größeren Städten die ersten Turnerinnenabteilungen. Sie turnten vor verschlossenen Türen, verhängten Fenstern, vor den Blicken der Männer geschützt. Die Frauenturnwartin der DT Els Schröder verstieg sich in ihrem Aufsatz über das Deutsche Frauenturnen 1932 in die Behauptung, der „Bann sei durch die Erfindung des Damenfahrrades gebrochen worden“!!! Zur selben Zeit wurde aus der bisher gebräuchlichen Bezeichnung „Damenturnen“ das „Frauenturnen“.

Zum Deutschen Turnfest 1903 in Nürnberg kamen ca. 30.000 Turnfestgäste. Der seinerzeitige Vorsitzende der Deutschen Turnerschaft Dr. Götz verhinderte die Mitwirkung der Frauen mit einem Aufruf, „man solle die Frauen nicht an die Öffentlichkeit zerren und auf Turnfesten herumreisen lassen.“ Zum Abschluss dieses Turnfestes lud Martha Thum, Leiterin eines bereits bestehenden Lehrerturnvereins „Frauen, Kenner und Zugehörige des Frauenturnens“ zu einer Diskussion über ihre vor dem Turnfest festgelegten Leitsätze zum Frauenturnen ein. Nur 20 Frauen nahmen an der Veranstaltung teil, weshalb Martha Thum nahezu chancenlos einer Übermacht der Männer gegenüberstand. Als beim Deutschen Turnfest 1898 in Hamburg erstmals Turnerinnen eines Breslauer Turnvereins mit einer Vorführung in Erscheinung traten, übte eine Turnzeitung scharfe Kritik: „Da musste man mit Entrüstung und Schmerz turnende Frauenabteilungen sehen, welche im Gerättturnen die weibliche Scham, die Sittsamkeit und den Anstand in unverantwortlicher Weise verletzen.“ Ein Besucher äußerte sich gar mit Schillers Worten: „Hier wendet sich der Gast mit Grausen“.

Um die Jahrhundertwende hatten sich bereits ca. 20.000 Frauen organisiert. Auf ständiges Drängen gelang es Martha Thum, der Herausgeberin der Zeitschrift „Turnzeitung für Frauen“ nach und nach, dass man sich in Turnerkreisen immer mehr mit dem Frauenturnen beschäftigte. Die streitbare Frau hatte erreicht, dass beim Turntag 1904 in Hamburg ein Ausschuss für das Frauenturnen gebildet wurde, dem allerdings keine Frau angehörte. Das Ausmaß der Bevormundung durch Männer zeigte sich nicht zuletzt in der Warnung der etablierten Turner vor „physischen und psychischen Schäden“ des Frauenturnens. Sogar von „ästhetischen und moralischen Verwirrungen“ war die Rede. Zum Teil wurde diese These sogar von Ärzten unterstützt.

Noch vor dem 1. Weltkrieg zeigten sich weiter kleine Fortschritte der Annäherung zwischen Befürwortern und

Gegner des Frauenturnens. Der verlorene Krieg brachte nicht nur Veränderungen auf politischem und ökonomischem, sondern auch auf sozialem Gebiet. In den Jahren der Weimarer Republik, die von den Turnern nicht sehr geschätzt wurde, verzeichnete die allgemeine Turn- und Sportbewegung insbesondere im Frauenbereich einen großen Aufschwung, weshalb diese Zeit auch als die „Goldenen Jahre“ für den Sport bezeichnet werden können. Weibliche Bewegungs- und Körperkultur wurde zum typischen Erscheinungsbild, selbstbewusst strömten die Frauen in die Vereine. Mit der Einführung des aktiven und passiven Wahlrechts 1918 konnte den Turnerinnen die volle, ordentliche Mitgliedschaft in Turnvereinen bald nicht mehr verweigert werden. Auf dem Turntag 1924 in Würzburg wurde festgelegt, dass aus jedem Kreis zu einem Turntag eine Turnerin entsendet werden müsse.

Ab ca. 1920 entbrannte ein Streit zwischen den Anhängern der in der Turnerschaft betriebenen Leibeserziehung mit Turnen, Freiübungen, volkstümlichen Wettbewerben und dem aus England eingeführten Sport, der überwiegend Wettkampfcharakter hatte. Vergleichs- und Einzelwettkämpfe mit Siegern und Verlierern, das Streben nach Höchstleistungen führten vielfach zu Trennungen oder Umbenennungen von reinen Turnvereinen in Turn- und Sportvereine.

Im konservativen Bayern wirkten sich diese Auseinandersetzungen weniger krass aus, allerdings fanden insbesondere Jugendliche das Turnen zu langweilig und wandten sich mehr und mehr den anderen Sportarten zu. Nach der von der Deutschen Turnerschaft am 01.09.1923 verkündeten „reinlichen Scheidung“ von Turnen und Sport sollten sich die bisher in Spielabteilungen tätigen Turner zwischen einem Verbleib im Turnverband oder einem Sportverband entscheiden. Der Turnverband erhoffte sich dadurch, dass die bisherigen Mitglieder im Turnverband verbleiben würden. Das war allerdings eine gewaltige Fehleinschätzung: ca. 25.000 Mitglieder wechselten allein zum Fußballverband. In den neuen Sportarten folgten eigene Verbands- und Vereinsgründungen. Die Mitgliederzahlen der Sportvereine übertrafen die der Turnvereine in der Weimarer Zeit erheblich.

Dem Zeitgeschehen und dem Streben nach Höchstleistungen folgend vor allem aber, um nicht weiter ins Hintertreffen zu geraten, wurden in der deutschen Turnerschaft schließlich auch die neuen Wettkampfformen aufgenommen. Einzelne Leistungen wurden nach Punkten, erzielter Weite und Zeit bewertet. Für Turnerinnen kam neben den herkömmlichen Freiübungen, Tänzern und Volksturnen (Laufen, Werfen, Stoßen, Schwimmen) nun auch das Gerättturnen hinzu. Als erste Deutsche Meisterin 1921 im Turnen wird die Münchenerin Bella Meiser genannt.



Fahnenvorführung der Turnerinnen 1923

Am Bayerischen Landesturnfest 1922 in Augsburg, dem ersten Landesturnfest nach dem 1. Weltkrieg, durften erstmals auch Turnerinnen an den Wettkämpfen teilnehmen. Am folgenden Turnfest in Bamberg 1926 dagegen war ihnen die Teilnahme versagt.

Ungeachtet der wirtschaftlichen Krise und der darauffolgenden Inflation beraumte die Deutsche Turnerschaft auf seinem Turntag 1921 in Kassel das 13. Deutsche Turnfest für 1923 in München an. Erstmals durften daran auch Frauen teilnehmen. 2.600 Turnerinnen unter nahezu 200.000 Turnfestteilnehmern gingen an den Freiübungen, verschiedenen volkstümlichen, leichtathletischen und turnerischen Wettkämpfen an den Start.

Die strittige Diskussion darüber, welche Übungen für Frauen geeignet seien, wurde noch vor dem Münchner Turnfest beendet. Auch das Problem der bisherigen Sportkleidung, bestehend aus langem Rock oder Kleid, Korsett, Bluse und Strümpfen war nach und nach gelöst worden: sportliche Kleidung wie die praktische Turnhose und das Turnhemd kamen in Mode. Die Turnerinnen hatten sich auch hier durchgesetzt.



Deutsches Turnfest München 1923: Turnerinnen nun in genehmigter bequemer Turnkleidung

Trotz aller Schwierigkeiten darf das 13. Deutsche Turnfest 1923 in München als gelungenes Fest bezeichnet werden. Auch ein während des Festnachmittags plötzlich aufziehendes starkes Gewitter mit Blitz und Donner konnte die

ausgelassene Turnfeststimmung nicht trüben. Siegerin im Siebenkampf der Frauen war wiederum die Münchnerin Bella Meiser.

Das engagierte Auftreten der Frauen veranlasste die verantwortlichen Männer im Präsidium der deutschen Turnerschaft, das Frauenturnen weiter zu fördern. Die Bedeutung des Festes sei durch die Teilnahme der Turnerinnen erheblich gesteigert worden, so die Mehrheit der Experten. Erst 1929 rangen sie sich allerdings durch, eine Frau zur ersten weiblichen Turnwartin zu bestimmen. Wann dieses Amt im Bayerischen Turnerbund einer Frau übertragen wurde, war bisher nicht zu ermitteln.

Quellennachweis:

Gertrud Pfister: Vom Männerbund zur Frauenmehrheit; Julius Bohus: Geschichte des Sports in Bayern Band 4; Friedrich Winter: Turnen und Spiel in der Mädchenschule; DTB: Deutsche Turnfeste bis 1987; Georg Maunz: 150 Jahre Bayerischer Turnverband; Fotobuch zum Deutsches Turnfest München 1923; Festzeitung der Deutschen Turnerschaft zum Deutschen Turnfest 1933 Stuttgart, Els Schröder: Deutsches Frauenturnen – Entwicklung, Wege und Ziele; Chroniken der zitierten Turn- und Sportvereine.

Ausgezeichnet!

Neue Siegelvereine im BTV.



Überreichung des Qualitäts-siegels „Seniorenfreundlicher Verein“ an den TSV Johannis

Als der Verein TSV Johannis 1883 Nürnberg e.V. das Qualitätssiegel des BTV „Seniorenfreundlicher Verein“ erwarb, konnte keiner ahnen, dass es Corona bedingt so lange bis zur Überreichung dauern würde. Im Zuge der diesjährigen Sonnenwendfeier überreichte Thomas Wolf vom Turngau Nürnberg-Fürth-Erlangen die begehrte Auszeichnung an die Vereinsvertreter*innen: Oliver Schönlein (2. Vereinsvorsitzender), Henriette Gromus (Seniorenbeauftragte), Georg Zell (Übungsleiter im Seniorensport) und Constantin Päch (Schriftführer). Sie nahmen erfreut die Urkunde und das exklusive Vereinsschild entgegen. Es bleibt zu hoffen, dass die Einschränkungen in der Corona Pandemie der letzten Jahre überwunden sind und der Zuspruch am Sport in dieser wichtigen Bevölkerungsschicht wieder steigt.

Thomas Wolf



Michaela Schotte (l.) und Martina Quirling freuen sich über das neue BTV-Qualitätssiegel „Seniorenfreundlicher Verein“

TSV Neuried erhält das BTV-Qualitätssiegel „Seniorenfreundlicher Verein“

Breitgefächertes Seniorensportangebot des TSV Neuried wird ausgezeichnet

„Sport ist wichtig für Körper, Geist und Seele - und das in jedem Alter“, da sind sich Michaela Schotte, Geschäftsführerin des TSV Neuried und Martina Quirling, sportliche Leiterin des Vereins einig. Ein Angebot für alle Altersklassen zu schaffen ist daher ein vordringliches Ziel der beiden. Gewürdigt wurden diese Bemühungen nun durch den Bayerischen Turnverband (BTV), der den Verein mit dem Qualitätssiegel „Seniorenfreundlicher Verein“ auszeichnet.

Der TSV Neuried nutzte die Zeit während des Lockdowns, um eine intensive Struktur- und Angebotsanalyse durchzuführen und beim Restart ein großes Augenmerk auf die Altersgruppe der Senior*innen zu werfen. So wurde beispielsweise eine Broschüre erstellt, in der ein Überblick des Angebots für Senior*innen ausführlich mit Stundenbeschreibungen dargelegt ist.

„Wir sind ein moderner Sportverein, der ein Zuhause für Sportbegeisterte jeden Alters und Leistungsniveaus bietet. Hier besonders auch die Seniore*innen abzuholen, sehen wir als wichtige Aufgabe. Diese Bemühungen nun auch offiziell gewürdigt zu wissen, freut uns natürlich sehr.“ - so Quirling.

Das Sportprogramm soll aber auch in Zukunft noch weiterentwickelt werden, so bildet der Verein aktuell zwei Demenzhelfer aus und plant Sportkurse für Demenzerkrankte mit einem begleitenden Programm für pflegende Angehörige ins Leben zu rufen.



Verleihung Qualitätssiegel „Seniorenfreundlicher Verein“ an den TSV Stockheim

Kämmerer Rainer Förtisch (in Vertretung von Bürgermeister Rainer Detsch) gratulierte dem TSV Stockheim zu diesem exklusiven Prädikat und überreichte den Vorständen Beez und Zimmermann das speziell vom BTV angefertigte Schild, inklusive Urkunde.

Weiterhin bedankte sich Herr Förtisch für die hervorragende Arbeit von den Übungsleiter*innen Bruni Renk und Heike Völk. Beide sind für die Senior*innen im Verein zuständig. Bruni Renk leistet seit mehreren Jahrzehnten ausgezeichnete Qualität und Abwechslung in der Frauengymnastik Gruppe. Heike Völk trainiert frisch und ideenreich die gemischte Gruppe „Fit im Alter“.

Die Vielseitigkeit des TSV wird mit dem Gesundheitskurs „Fit und Gesund“ unter Leitung von Präventionsübungsleiterin Christel Beez erweitert. Die 5-köpfige Vorstandschaft erfreute sich weiterhin über das Gesundheitssiegel: Sport pro Gesundheit mit Zusatz Präventionsgeprüft.

Weitere Sportmöglichkeiten findet die S – Klasse in den Ballsportarten wie Tischtennis, Tennis und Volleyball. Ebenso in der Nordic Walking Gruppe. Der Outdoor Fitness Parkour wird zusätzlich zu jeder Jahreszeit (siehe Bild) genutzt. Spaßige und kreative Zusammenarbeit von unterschiedlichen Senior*innen Vereinen mit dem TSV Stockheim finden hier und in der Turnhalle des Öfteren statt.

Das Motto: „Mit 66 Jahren, da fängt das Leben an“ wird in Stockheim gelebt und gestärkt!

Bild: Philipp Zimmermann, Text: Christel Beez



GOP Varieté München und Bayerischer Turnverband e.V. werden Partner



Seit dem Jahr 2008 bereichert das GOP Varieté-Theater die Kulturlandschaft Münchens um eine neue Facette. Zentral in der Maximilianstraße gelegen lockt der außergewöhnliche Veranstaltungsort mit zweimonatlich wechselnden Showprogrammen auf höchstem Niveau. Mehr als 100.000 Gäste im Jahr lassen sich von den einzigartigen Shows begeistern.

Seit September 2022 ist das GOP Theater nun Kulturpartner des Bayerischen Turnverbandes:

„Der Bayerische Turnverband ist für uns ein naheliegender Kooperationspartner, denn viele unserer Artist:innen haben ihre Karriere im Leistungsturnen gestartet. Auf der GOP Bühne sind wie im Turnverein sportliche Höchstleistungen aller Art zu bewundern.“ begründet GOP-Direktor Peter Weil die neu gewonnene Partnerschaft.

Seit mehr als 10 Jahren zeigt das GOP Varieté-Theater wie es aussieht, wenn eine über 100 Jahre alte Kultur wie das Varieté mit Vollgas im 21. Jahrhundert angekommen ist. Bis zu sechsmal pro Jahr wird ein neues Show-Format gezeigt, das durch jede Menge Leidenschaft, Fantasie und Liebe zum Detail begeistert. Unterstützt von dynamischen Choreographien sowie mitreißender Musik erzählt jede GOP Show eine vollkommen andere Geschichte. Hier verbinden sich zeitgenössische Artistik, herzerwärmende Clownerie und intelligente Comedy mit fantasievollen Bühnenbildern und effektvollem Lichtdesign zu einem Gesamterlebnis voller Energie und Emotion.

Ergänzend zum spektakulären Bühnenprogramm bietet die vielfältige Gastronomie des GOP Varieté kulinarische Highlights welche auf Wunsch vor der Show genossen werden können und so die perfekte Einstimmung auf einen einzigartigen Abend bilden. Hier erwartet Sie Entertainment für alle Sinne!



Weihnachten im GOP Variété-Theater

Feiern Sie gemeinsam mit Ihrem Verein oder verschenken Sie mit unseren GOP Gutscheinen Freude!

Die TOGU-TRAINCHAIN®

CLEVER - FUNCTIONAL - EFFECTIVE

Kräftigungstraining macht auch Spaß!

Regelmässiges Krafttraining bringt viele Vorteile sofern ein relevanter Muskelreiz unter Berücksichtigung einer optimalen und korrekten Ausführung erzielt wird. Je nach Trainingsgestaltung werden die physischen Leistungsfaktoren wie Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit gefördert. Kräftigungstraining verbessert auch die Körperhaltung, begünstigt die Knochendichte, stärkt Sehnen und Bänder, unterstützt die Gewichtskontrolle, begünstigt Fettabbau, verbessert Sturzprophylaxe, bringt einen Mehrwert für den Alltag, sowie für andere Aktivitäten/Freizeitsportarten, etc.. Die Auflistung der positiven Effekte ist lang, aber auch von Mensch zu Mensch individuell und zielorientiert einzuordnen.

Die Auswahl an möglichen Trainingstool ist groß, doch mit der **TRAINCHAIN** steht ein perfektes **«All-in-One Tool»** zur Verfügung.

Die „TRAINCHAIN“ ist ein **multifunktionelles Trainingstool**, mit welchem eine Vielzahl an Übungen aus dem Krafttraining wie Langhantel, Kurzhantel, Gewichtsscheibe, Kettlebell, Medizinball und weitere möglich ist. Und das mit nur einem Tool.

Die „TRAINCHAIN“ ist unschlagbar vielseitig. Durch die ausgeklügelte Kombination aus drei speziell geformten Gewichtsrings steht ein cleveres „All-in-One“ Tool zur Verfügung. Die Beschaffenheit der Ringe erlaubt einen angenehmen Griff- und Tragekomfort. Die TRAINCHAIN ist für den **In- und Outdoor** Einsatz konzipiert und kann als Dreier- und Zweierkette, sowie als einzelner Ring eingesetzt werden. Die Verbindungsstraps erlauben einen schnellen und unkomplizierten Wechsel der verschiedenen Kombinationen.

Mit der „TRAINCHAIN“, **bis 9 kg** schwer, wird effektiv trainiert und deckt ein breites Spektrum vom Einsatzbereich und der Zielgruppe ab. Ob für das **Training zuhause**, **Group Fitness Kurse**, 1zu1 Personaltraining oder Kleingruppen, für **intensives** Training, **sanftere** Gymnastik, jung und älter, Frau und Mann. Die TRAINCHAIN ist ein sinnvolles und effektives Trainingstool. Zahlreiche bekannte Übungen mit dem eigenen Körpergewicht werden mit der TrainChain noch viel effektiver.

Und das Beste kommt zum Schluss: Dank der langjährigen Kooperation des BTV mit dem Trainings- und Therapiegerätehersteller TOGU, erhalten ihr mit dem Code **«BTV10»** 10% Rabatt auf jeden Einkauf bei TOGU.



Fotos 1-2: Kniebeuge

Die TRAINCHAIN als Gewichtsweste anziehen. Ca. beckenbreiter Stand, aufrechte Körperhaltung, dann eine Kniebeuge ausführen und wieder in die Startposition aufrichten. Wichtig: in der Kniebeuge-Position unten bleibt die Fussbelastung gleichmässig und der Rücken ist in gestreckter Position. 15- 20 Wh.



Fotos 3-4: Vorgeneigtes Rudern

Entweder 3er-Kette oder 2 einzelne Ringe in die Hände nehmen, Standbreite ca. beckenbreit, Knie leicht gebeugt (Überstreckung der Knie ist zu vermeiden) mit gestrecktem Rücken eine starke Neigeposition einnehmen (Beugehaltung vermeiden), dann Gewicht heranziehen und Arme wieder strecken. 15.-20 Wh



Fotos 5-6: Ausfallschritt

Entweder 3er-Kette auf Schultergürtel legen oder zwei einzelne Ringe in die Hand nehmen. Grosse Schrittstellung einnehmen, vorderes Bein ca. 70% des Körpergewichtes belasten, Oberkörper in einer leichten, gestreckten Neigung, Bewegungsausführung nach unten und wieder hoch. 10-15 Wh pro Seite



Fotos 7-8: Liegestütz

Die TRAINCHAIN als Gewichtsweste anziehen. Breite Handposition einnehmen. Entweder auf den Knien oder mit gestreckten Beinen einen Liegestütz ausführen.

Während der Bewegung den Rumpf neutral und stabil halten (Durchhängen des Beckens vermeiden). 8-12 Wh



Fotos 9-10: Crunch

Rückenlage, 90er-Position der Beine, Kniegelenksmitte maximal oberhalb Hüftgelenk (mit Beinschub von 2-5cm kann die Intensität relevant erhöht werden), ein oder zwei Ringe auf die Unterschenkel legen. Dann Crunch-Bewegung des Oberkörpers. Optionen der Armpositionen sind entweder Hände beim Kopf, oder Arme nach hinten gestreckt (intensiver) oder Arme in Box-Position vor dem Oberkörper. 10-15 Wh.



Foto 11: Plank

Unterarmstütz, ein oder zwei Ringe auf Höhe Gesäss, unterer Rücken drauflegen. Unterarme/Ellenbogen sind unterhalb der Schultergelenksmitte. Neutrale Streckposition stabilisieren. 45-75 Sek. halten.



Text: Cyrill Lüthi, Fotos: star education AG

Kostenlose Trainings- & Instruktionsvideos auf starOnline

Grundsätzliche Empfehlung: langsame und kontrollierte Ausführung, 10-20 WH pro Übung oder 45-75 Sek., jeweils 1-2 Sätze

So könnt Ihr unser Team Service erreichen

Telefon



089 15702 -314

Mo-Do: 08:00-17:00 Uhr

Fr: 08:00-15:00 Uhr

E-Mail



info@btv-turnen.de

Online



btv-turnen.de



BayernTurner Impressum

Inhaber, Herausgeber und Verlag:

Bayerischer Turnverband e. V.,
Georg-Brauchle-Ring 93
80992 München
Tel. 089 15702-323
Fax 089 15702-317
zugleich Anschrift aller Verantwortlichen
sowie der Redaktion.

E-Mail: info@btv-turnen.de
Internet: www.bayern-turner.de

Verantwortliche Redakteure:

Christine Königes
E-Mail: christine.koeniges@btv-turnen.de
Verena Weidendorfer
E-Mail: verena.weidendorfer@btv-turnen.de

Satz:

Niklas Degner
E-Mail: niklas.degner@btv-turnen.de

Design und Layout:

Niklas Degner
E-Mail: niklas.degner@btv-turnen.de

Abo-Verwaltung:

Bayerischer Turnverband e. V.
info@btv-turnen.de

Anzeigen-Verwaltung:

Bayerischer Turnverband e. V.
Miriam Müller, verantwortlich
miriam.mueller@btv-turnen.de

Druck:

Gebr. Geiselberger GmbH (s.o.)
ISBN 0005/72341
Erscheinungsweise:
6 Mal im Jahr
(am 15. eines ungeraden Monats)

Abonnementpreis Bundesrepublik

Deutschland jährlich € 36,- (Sonderkon-
ditionen für BTV-Mitgliedsvereine: jährlich
€ 30,-, für lizenzierte BTV-Übungsleiter
und gewählte BTV-Amtsträger auf Gau-,
Bezirks- und Landesebene: jährlich
€ 21,- digitales + Print-Abo bzw. € 12,- rein
digitales Abo) einschließlich Versandkosten
und MwSt. Einzelpreis € 5,50 inkl. 7 %
MwSt zzgl. Versandkosten.
Keine Haftung für unverlangt eingesand-
te Manuskripte und Bilder, kein Anspruch
auf Veröffentlichung. Zur Veröffentlichung

angenommene Originalbeiträge gehen
in den Besitz des BTV über. Alle Rechte
vorbehalten. Nachdruck oder sonstige
Verbreitung nur mit ausdrücklicher Ge-
nehmigung und Quellenangabe gestat-
tet. Die mit Namen oder Kürzel gezeich-
neten Artikel und Berichte geben nicht
unbedingt die Meinung des Verbandes
oder der Redaktion wieder. Jede im Be-
reich eines gewerblichen Unternehmens
hergestellte und benützte Kopie dient ge-
werblichen Zwecken gem. § 54 (2) UrhG
und verpflichtet zur Gebührenzahlung an
die VG WORT, Abteilung Wissenschaft,
Goethestraße 49, 80336 München, von
der die einzelnen Zahlungsmodalitäten
zu erfragen sind. Gerichtsstand und Erfül-
lungsort ist München.

Kündigung

Das Abonnement des BayernTurners läuft
immer ein Kalenderjahr (6 Ausgaben)
und verlängert sich automatisch um ein
weiteres Jahr, sofern es nicht fristgerecht
gekündigt wird. Die Kündigung muss zum
31.10. eines jeden Jahres erfolgen (per
E-Mail, Fax oder postalisch; entscheidend
ist der Poststempel) - die Ausgabe 06 des
jeweiligen Jahres ist dann die letzte, die
Sie erhalten.

Fachgebiete:

- Bewegungskünste, Show und Gestaltung
- Fitness und Aerobic
- Gerätturnen
- Gesundheits- und Präventionssport
- Gymnastik und Tanz/Rhythmische Sportgymnastik
- Parkour
- Musik und Spielmannswesen
- Turnerjugendwettkämpfe
- Kinderturnen
- Orientierungslauf
- Rhönradturnen
- Rope Skipping
- Sportakrobatik
- Sport für Ältere / S-Klasse
- TeamGym
- Trampolinturnen
- Turnerische Mehrkämpfe
- Natur- und Outdoorsport

Sport Grieshammer

seit 49 Jahren

ervy®
JUST SPORTS

Anzeige

Turn-, Gymnastikanzüge und Bekleidung • produziert in Deutschland
komplette Ausrüstung für Turnerinnen und Turner • Schuhe, Riemchen, Vereinstrainingsanzüge
MADE IN GERMANY 



Neyla
11767.08/1

Marietta
11743.08/1

Alaria
11774.07/2

Greer
11905.07/2

Sakura
11741.08/2

*Ihr führender Fachversand für
ERVY® Turnbekleidung!*



Sigma
11655.09/3

Solea
11863.09/3

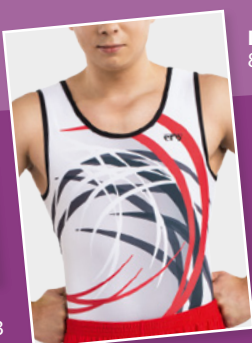
Variana
11953.09/1

Mika
11742.12C/1

Hekla
11734.07/5



BEN
89838/3



IAN
89855/1

Folienbeschichtungen können abgehen.

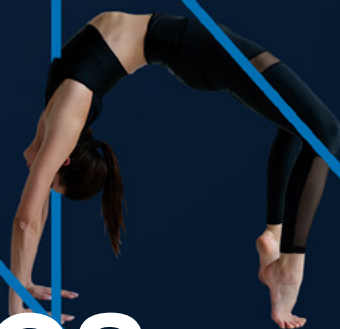
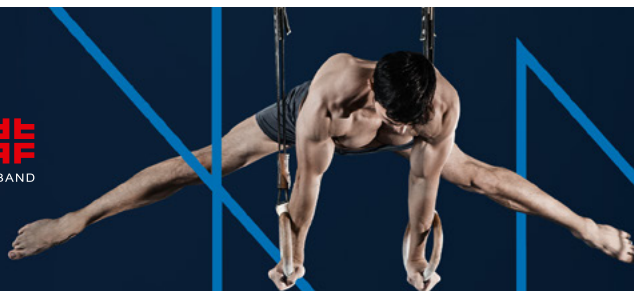
Sport Grieshammer

95173 Schönwald | Adolph-Kolping-Str. 11
Tel. 09287-5781 oder 5555 | Fax. 09287-59121
kontakt@sport-grieshammer.de

www.sport-grieshammer.de

**Prospekte
bei Bedarf
bitte anfordern!
(kostenlos)**

Turnanzug • KT-Trikot • KT-Hose • Hot Pant • Hipster • Capri • Gym-Short • Legging



BILDUNGS- PROGRAMM 2023

JETZT VORBESTELLEN

