

BTB GYMWELT-Convention Fitness & Aerobic

16. – 17. November 2019 in Waghäusel-Wiesental



**Frühbucherrabatt
bei Anmeldungen
bis zum 22.09.2019**

www.badischer-turner-bund.de/Bildung

GYMWELT 

GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

Medienpartner:



Offizielle Hauptförderer:



 **EnBW**



natürlich . bewusst . bewegen .

Die Trainingsphilosophie von Pedalo konzentriert sich auf eine bewusste Wahrnehmung und Bewegung. Im Pedalo-Workshop integrieren wir Ansätze des Neuroathletiktrainings in Balance- und Stabilitätsübungen um folgende Fragen zu beantworten.

Wie können wir

- unsere Handlungsschnelligkeit verbessern?
- unsere Leistungsfähigkeit verbessern?
- Verletzungen und Stürze vermeiden?

Jetzt unseren Workshop am Samstag besuchen!





BTB GYMWELT-Convention
Fitness & Aerobic 2019

Auch in diesem Jahr wollen wir euch **liebe Trainerinnen und Trainer** und eure Arbeit im Verein wieder unterstützen.

Bei der BTB GYMWELT-Convention bekommt ihr neue und inspirierende Ideen für eure Kurse aber auch „alte“ Trends neu verpackt.

Wir haben wieder ein interessantes Programm für euch zusammengestellt, dass euch von A bis Z begeistern wird.

Von Aroha zu Bauch-Beine-Po über Entspannung bis hin zu Zirkeltraining ist von allem und für jeden etwas dabei.

Wer schon einmal dabei war, weiß genau: Es gibt neuen Input und neue Ideen für die eigenen Stunden im Verein! Damit seid ihr immer auf dem neuesten Stand und eure Teilnehmer freuen sich über ein vielseitiges und abwechslungsreiches Training.

Vielleicht findet ihr ja auch ein ganz neues Thema? Das ist gut für euren Weitblick und natürlich auch für die eigene Weiterentwicklung.

Was natürlich auch nicht fehlen darf, endlich wieder in der Gruppe zu stehen, mitzumachen und sich nach Herzenslust auszutoben.

Wer noch nicht dabei war, sollte unbedingt dabei sein und das Convention-Feeling erleben!

Findet jetzt eure Lieblings-Workshops, meldet euch gleich an und freut euch auf ein energiegeladenes Wochenende mit ganz viel Spaß unter Gleichgesinnten.

Viel Spaß wünscht euch das Team des BTB-Bildungswerk gemeinsam mit

Susanne Gertz
Ressortleiterin Fitness und Gesundheitssport





Referenten

Janine Berger

Seit über zehn Jahren ist Janine mit Leib und Seele in der Gesundheitsbranche tätig. Sie ist studierte Sportwissenschaftlerin und verfügt über zahlreiche sportliche und medizinische Zusatzqualifikationen.

Im Bereich „Workout“ ist Janine Expertin. Seit mehreren Jahren ist sie für verschiedene Anbieter als Referentin & Presenterin tätig und verfügt somit über einen reichen Erfahrungsschatz in den verschiedensten Bereichen. Ihre Stärken liegen in ihrer Authentizität und ihrer Fähigkeit, Wissen und Spaß weiterzugeben.



Kai Bollinger

Internationaler Dozent und Ausbilder, Group-Fitness Manager, Rehasport Manager, Choreograf, Tänzer und Regisseur diverser Shows.



Torsten Blau

Torsten hat im Jahr 2002 seine Ausbildung zum Fachübungsleiter beim BTB absolviert. Durch zahlreiche Fortbildungen & Kongresse erlangte er das Step Master Diplom. Neben seinem Hauptberuf als Finanzwirt

begeistert Torsten seine Teilnehmer im Studio mit immer wieder neuen Ideen und klarem Aufbau. Zudem qualifiziert er sich immer wieder in verschiedenen Trendsportarten und Kursformaten weiter.



Anke Ernst

„Der zweite Bildungsweg (Sport- und Gymnastiklehrerin) hat mich ganz auf den Weg des Sports gebracht, nach Abschluss der Zusatzqualifikation in Sporttherapie arbeite ich als Studioleitung im Vereinsstudio der

Turnerschaft Mühlburg in Karlsruhe. Parallel dazu bin ich seit 1996 beim BTB in Aus- und Fortbildung Aerobic / Fitness / Gesundheitssport tätig. Mein Antrieb ist die Weitergabe meiner Motivation für den Sport an die Basis. Gern teile ich mein Wissen mit anderen.“



Gabi Fastner

Gabi ist bekannt durch ihre Auftritte in der beliebten Fernsehserie Telegym. Viele kennen sie auch von ihren Fortbildungen und Workshops auf Kongressen. Sie ist staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin und gibt ihr

umfangreiches Fachwissen als Dozentin an einer Schule für angehende Gymnastiklehrer/innen weiter. Sie ist Vorstandsmitglied des DGyMB (Deutscher Gymnastikbund).

In den letzten Jahren hat sie zudem mehrere Trainingsgeräte und -konzepte entwickelt, darunter TOGU® Brasil“ und „Funktionelles Figurtraining“. Sie ist mehrfache Fachbuchautorin in den Bereichen Fitness und Gesundheit.

Lea Gruenwald

„Nach meiner Ausbildung zur Bühnentänzerin begann ich als selbständige Tänzerin in Deutschland zu arbeiten. Schnell entwickelte sich ein großes Interesse für die Fitnessbranche.

Mich interessierte als Tänzer immer, wie das Zusammenspiel der Muskeln im Bewegungsapparat genau funktioniert. Wie ich gesund und präventiv mich und meinen Körper fit halten kann und ich gezielt einzelne Muskelgruppen trainiere. Daher schloss ich 2014 meine Fitness- und Gesundheitstrainer C und B Lizenz ab, sowie die Ausbildung zur Ernährungsberaterin mit einer Speziallizenz in Sporternährung. Ich liebe es zu schwitzen, meinem Körper etwas Gutes zu tun und dabei unglaublich viel Spaß zu haben.“



Felicitas Hadzik

Felicitas ist staatlich anerkannte Sport- und Gymnastiklehrerin sowie staatlich geprüfte Musicaldarstellerin. Eine professionelle Ballettausbildung begann sie bereits mit zehn Jahren bei ROYAL ACADEMY OF



DANCE, was sie schließlich auf die Balletthochschule in Mannheim brachte.

Nach ihrem Abitur schloss sie zuerst ihre dreijährige Ausbildung zur staatlich anerkannten Sport- und Gymnastiklehrerin und anschließend das Studium zur Musicaldarstellerin in Frankfurt ab. Seit 2014 arbeitet Felicitas als Referentin für den Hessischen Turnverband sowie für den Landessportbund Hessen in den Bereichen Fitness und Tanz.

Petra Havelkova



Neben ihrer Tätigkeit als Krankenschwester ist die gebürtig Tschechin seit fast 20 Jahren nicht mehr aus der Fitness und Instructor Szene wegzudenken.

Durch ihre Arbeit als Chitoning Trainerin und Ausbilderin, Power-Yoga und PortDe Bras-Instructorin hat sie sich einen Namen als Mindbody-Expertin gemacht. Als AntiGravity®Yoga-Mastertrainerin war sie schon TV Gast bei Günther Jauch und Oliver Pocher und ist eine der drei Ausbilder für das Konzept der IFAA für Deutschland, Österreich und die Schweiz.

MOTTO: „Lieber ein paar Gramm mehr an der Hüfte als Problemzone im Kopf.“

Sonja Hergert

„Mit Leidenschaft gebe ich mein Wissen in Praxis und Theorie rund um die Themen: Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden weiter. Meine Basis als Sportwissenschaftlerin und Physiotherapeutin hat mir dabei eine solide Basis geschaffen, von der aus ich mich stetig weiterentwickelt habe. Ich biete Workshops und Seminare am Puls der Zeit, hinterfrage aber auch kritisch vermeintliche Trends. An meiner Homebase in Rödermark bin ich sehr aktiv im Outdoor-, Groupfitness- und Personal-Training.“



Manuel Kramer



Manuels Wurzeln liegen im Tanz. Neben zahlreichen Ausbildungen im Aerobic-Bereich (Trainer C Aerobic, Step-Aerobic Instructor, Aerobic-Mastertrainer, zuletzt LaGYM®-Instructor) beschäftigt er sich seit der Jahrtausendwende intensiv mit Mindbody-Programmen. Er ist ¾-Step Instructor, Pilates Instructor und Ausbilder, bodyART-Instructor, Vinyasa-Power-Yoga Lehrer (AYA) und AntiGravity®Yoga-Mastertrainer und Ausbilder. Als neue Leidenschaft neben Tanz und Yoga beschäftigt er sich gerade intensiv mit dem Gebiet des Functional Trainings.

Elli Kutscha

„Es ist meine tiefste Überzeugung, dass jeder Mensch Spaß und Freude an Bewegung finden kann, wenn er oder sie nur das richtige Programm für sich findet.“

Als Physiotherapeutin und Trainerin für verschiedene Programme (u.a. Pilates, Les Mills, Aroha und Kaha) liebe ich es, diese Freude an meine Teilnehmer und Übungsleiter weiter zu geben. Ich verstärke seit vier Jahren das Team der Aroha Academy und gebe darüber hinaus Kurse im Bereich Body & Mind, Dance und Workout in meiner Wahlheimat Leipzig.“



Richi Kutscha

„Als Physiotherapeut mit den Schwerpunkten Rehabilitationssport und Sportphysiotherapie in Leipzig, sehe ich jeden Tag, wie Menschen über sich hinauswachsen, wenn sie nur wollen. In der Praxis und bei meiner Tätigkeit als Trainer für verschiedene Programme (im Bereich Workout, Functional Training und HIIT) möchte ich Menschen dazu bewegen, das Beste aus sich heraus zu holen. Das Ganze natürlich mit viel Spaß und manchmal auch mit einem Augenzwinkern.“



Heike Meidinger

„Als DTB Groupfitness-Mastertrainerin und Ausbilderin unterrichte ich Kurse, wie z.B. Step, Jumping Fitness, Toning, Rückenurse, Faszienfitness uvm.

Des Weiteren bin ich Referentin für die DTB-Akademie leite Groupfitness-Trainer Lehrgänge und Workshops bei vielen Turnverbänden, Kongressen und Conventions.“

José Martinez

Diplom Tänzer, International REEBOK Ambassador, International FunTone® Mastertrainer und Ausbilder, Erfinder des Konzeptes „DANCE REGGAE“ & Latin Fiesta Tänzer und Choreograf u.a. Ballett Dom. Rep. & Cuba. José unterrichtet schon auf vier Kontinenten und in mehr als 26 Ländern!



Timo Reiff (Pedalo-Experte)

Timo ist (Sport-) Physiotherapeut, Athletiktrainer und Experte auf dem Gebiet der Bewegungs- und Haltungsanalyse.

Direkt nach seiner Ausbildung und seinem Studium wurde er durch seine Konzepte für Prävention und Rehabilitation im Sport, ein Teil der Pedalo-Akademie. Seither bildete er sich national und international fort und auch selbst Therapeuten aus. Momentan betreut er Patienten jeden Alters, sowie Breiten- und Profisportler oder ist in beratender Funktion und in der Konzeptentwicklung tätig.

Claudia Zoller

„Bereits als Kind und später als Jugendliche probierte ich viele sportliche Richtungen aus.

Mit Anfang 20 landete ich in einer Yogastunde. Yoga war für mich damals eine Mischung aus Turnen und entspanntem Ausgleich in körperlicher und geistiger Hinsicht. Heute (30 Jahre später) fasziniert mich der Yoga noch immer, vor allem, weil man sich dabei immer wieder selbst entdeckt.“



Programm **Samstag, 16. November 2019**

09.45 – 11.00 Uhr

Durchgang 1

1.1.1
JM
Crazy Step

José Martinez

1.1.2
Towel-Workout
by Kai

Kai Bollinger

1.1.3
Stabil und mobil
mit dem
Redondoball® Plus

Sonja Hergert

1.1.4
Workout
mit dem Stuhl

Anke Ernst

11.30 – 12.45 Uhr

Durchgang 2

1.2.1
Step on 2

Teamteach
Heike Meidinger &
Torsten Blau

1.2.2
Find your Soul
(Choreografie)

José Martinez

1.2.3
Flexi Bar®

Kai Bollinger

1.2.4
Gymstick Muscle™
- Intervalltraining
mit Power

Janine Berger

12.45 – 13.45 Uhr

Mittagspause

13.45 – 15.00 Uhr

Durchgang 3

1.3.1
¾ Step –
NEW
DIMENSIONS

Manuel Kramer

1.3.2
F-B-W –
Functional-
Bodyweight-
Workout

Heike Meidinger

1.3.3
Latin House

José Martinez

1.3.4
Gymnastik/
Workout für den
Rücken/Bauch mit
dem Gymstick™

Janine Berger

15.30 – 16.45 Uhr

Durchgang 4

1.4.1
Let's Step
have Fun

Heike Meidinger

1.4.2
Funky Moves

Kai Bollinger

1.4.3
Pilates –
Back to basic

Petra Havelkova

1.4.4
Burlesque
Aerobic

Lea Gruenwald

09.00 – 09.15 Uhr

Begrüßung

09.15 – 09.30 Uhr

Gemeinsamer Warm up

1.1.5
Musical Dance
Aerobic –
Aladdin

Lea Gruenwald

1.1.6
Wake up Yoga

Petra Havelkova

1.1.7
natürlich.
bewusst. bewegen
– Gehirn
trifft Körper

Timo Reiff
(Holz-Hoerz)

1.1.8
Aroha
meets Kaha

Elli Kutscha

1.2.5
Yoga
für Einsteiger –
Die Kraft deines
Atems

Claudia Zoller

1.2.6
DAYO
2 Hearts

Teamteach
Petra Havelkova &
Manuel Kramer

1.2.7
Latinaerobic

Anke Ernst

1.2.8
Neue Ideen
für dein
HIIT-Training

Teamteach
Elli & Richi Kutscha

1.3.5
DanceFit –
Kräftigung mit
Rhythmus

Lea Gruenwald

1.3.6
Mind Body
Best Age
(East meets West)

Sonja Hergert

1.3.7
natürlich.
bewusst. bewegen
– Gehirn
trifft Körper

Timo Reiff
(Holz-Hoerz)

1.3.8
Functional
Moves

Torsten Blau

1.4.5
Drums Alive &
Pezziball
für Senioren

Anke Ernst

1.4.6
Entspannter
Nacken –
Freier Kopf

Sonja Hergert

1.4.7
Yoga
für Einsteiger –
Ohne Licht
kein Schatten

Claudia Zoller

1.4.8
Mental
Yin Yoga

Manuel Kramer

Programm Sonntag, 17. November 2019

09.30 – 10.45 Uhr

Durchgang 1

2.1.1
Step-Vertikal

Torsten Blau

2.1.2
JM
Dance Aerobic

José Martinez

2.1.3
Rolling like a Ball

Gabi Fastner

2.1.4
Tabata
Bootcamp

Lea Gruenwald

11.15 – 12.30 Uhr

Durchgang 2

2.2.1
Step Dance

Kai Bollinger

2.2.2
Zirkeltraining 2.0

Teamteach
Elli & Richi Kutscha

2.2.3
Rückenfit mit
Redondoball® Plus

Gabi Fastner

2.2.4
Modern Dance –
Floor Work

Felicitas Hadzik

12.30 – 13.30 Uhr

Mittagspause

13.30 – 14.45 Uhr

Durchgang 3

2.3.1
Fatburner
Workout
mit dem Step

Torsten Blau

2.3.2
Salsa Latino Style

Kai Bollinger

2.3.3
Pilates
mit der mein
Yoga Rolle

Gabi Fastner

2.3.4
Stretch & Relax

Lea Gruenwald

15.15 – 16.30 Uhr

Durchgang 4

2.4.1
Fun,
Dance & Relax

Teamteach
Anke, Heike, Lea,
José & Torsten

2.4.2
DAYO –
Dance Yoga

Petra Havelkova

2.4.3
Body & Mind
in the Mix

Teamteach
Elli & Richi Kutscha

2.4.4
Musical Dance –
Mamma Mia

Felicitas Hadzik

09.10 – 09.20 Uhr

Begrüßung

2.1.5
Drums Alive
Powerbeats

Anke Ernst

2.1.6
Einfach + echt =
Ich! –
Meditation
in Bewegung

Petra Havelkova

2.1.7
Functional Flow

Kai Bollinger

2.1.8
Partner- und
Gruppen-Workout

Teamteach
Elli & Richi Kutscha

2.2.5
Workout
mit dem Pezziball

Anke Ernst

2.2.6
Bauch-Beine-Po –
Update

José Martinez

2.2.7
Best Age –
Spaß
an der Bewegung

Heike Meidinger

2.2.8
Dance
to the Beats

Torsten Blau

2.3.5
Classical
Jazz Dance
für Jung und Alt

Felicitas Hadzik

2.3.6
Feel the Flow

Heike Meidinger

2.3.7
Find your Soul
(Rehab)

José Martinez

2.3.8
Workout ohne
Handgeräte

Anke Ernst

15,- € Frühbucherrabatt bei Anmeldungen bis zum 22.09.2019!



Workshops

Samstag, 16. November 2019

1.1.1 JM Crazy Step *José Martinez*

Das Motto lautet nicht umsonst „be crazy!“. Diesem Leitsatz wird mit heißer Musik, fantastischen Choreografien und verrückten Bewegungen alle Ehre gemacht. Dieses Spektakel darf man sich nicht entgehen lassen. Have fun!

1.1.2 Towel-Workout by Kai *Kai Bollinger*

Mit einem Handtuch zur Wunschfigur. Schnapp dir ein Handtuch und los geht's mit dem brandaktuellen Konzept von Kai. Für ein effektives Training benötigen wir keine teure Ausstattung. Das Towel-Workout® ist eine tolle Möglichkeit uns fit zu halten, Kraft und Stabilität aufzubauen und unser Wohlbefinden zu steigern.

1.1.3 Stabil und mobil mit dem Redondoball® Plus *Sonja Hergert*

Der „große“ Bruder des beliebten Redondoballs® – der Redondoball® Plus – bietet durch seinen größeren Durchmesser von ca. 38 cm eine Vielfalt an neuen Möglichkeiten der Übungsgestaltung. So eignet er sich durch seine Stabilität bestens für Übungen im Sitzen und Knien und als dynamische Stützfläche. Auch Schwung- und Kräftigungsübungen lassen sich durch diese „mittlere Größe“ hervorragend umsetzen, so dass auch aktuelle Aspekte des Faszientrainings und des modernen Rückentrainings mit dem Redondoball® Plus umgesetzt werden können.

1.1.4 Workout mit dem Stuhl *Anke Ernst*

Warum nicht jetzt schon daran gewöhnen. Krafttraining mit / auf / am Stuhl. Kann anstrengend werden.

15,- € Frühbucherrabatt bei Anmeldungen bis zum 22.09.2019!

1.1.5 Musical Dance Aerobic – Aladdin

Lea Gruenwald

Der neue Kinohit ist auch in der Halle möglich! Kommt mit mir in die Welt von 1001 Nacht und schwingt das Tanzbein. Das Beste daran ist, wir verbrennen jede Menge Kalorien.

1.1.6 Wake up Yoga

Petra Havelkova

Ist dein idealer Start in den Tag. Es beugt Stress und Verspannungen vor und lässt dich deinen Tag in Ruhe und Gelassenheit beginnen.

1.1.7 natürlich. bewusst. bewegen – Gehirn trifft Körper

Timo Reiff (Pedalo-Experte)

Unsere Sinnesorgane nehmen unwillkürlich Einfluss auf unsere Handlung und somit auf unsere Leistungsfähigkeit. Bewusst bewegen bedeutet, dass wir unsere Aufmerksamkeit auf die eigene Körperwahrnehmung und Bewegungsausführung richten, dabei die visuelle Wahrnehmung, die vestibuläre Wahrnehmung und die Propriozeption positiv integrieren. Wie nehme ich mich bei dem was ich gerade tue wahr, oder wie tue ich das was ich gerade tue? Oftmals gerät die Körperbalance aufgrund fehlender Körperwahrnehmung und Körperintelligenz ins Wanken. Wollen wir das Output unsererer Haltungs- und Bewegungsqualität und somit unsere Handlungsschnelligkeit verbessern, so müssen wir die Eingangsinformationen unserer Sinnesorgane an das zentrale Nervensystem verbessern.

1.1.8 Aroha meets Kaha

Elli Kutscha

Lerne zwei einzigartige Bewegungsprogramme kennen, die u.a. von der neuseeländischen Kultur inspiriert sind. Kraftvolle und fließende Elemente wechseln sich ab und lassen dich den Alltag vergessen. Ein Workshop ganz für dich selbst.

1.2.1 Step on 2

Heike Meidinger & Torsten Blau

Heiße Rhythmen versprechen nicht nur viel Spaß und Power, sondern motivieren dich immer wieder aufs Neue. Egal, ob mit dem Step, auf dem Step oder auch ganz einfach einmal ohne Step. Die verschiedenen Schritte werden dich immer wieder zu neuen Bewegungsflüssen führen und bei dir und deinen Teilnehmern jede Menge Spaß verbreiten. Am Ende der Stunde wird dann die Choreografie mit zwei Teilnehmern auf einem Step zusammengeführt.

1.2.2 Find your Soul (Choreografie)

José Martinez

Eine Body Mind Class die mit den Grundbewegungen des Tanzes ausgeführt wird. Hohe Beachtung liegt hierbei auf der richtigen Integration von Schultern, Wirbelsäule und Hüften. Diese drei Systeme arbeiten ständig zusammen und machen die globale Bewegung des menschlichen Körpers mehr oder weniger flüssig und koordiniert. Bereitet den Körper mit tanzen auf den Alltag vor.

1.2.3 Flexi Bar® *Kai Bollinger*

FLEXI-BAR® eröffnet endlich die Möglichkeit die Tiefenmuskulatur auf einfache Art und Weise zu kräftigen. Der in Schwingung gebrachte FLEXI-BAR® bewirkt durch seine Vibration eine außergewöhnliche, tiefgehende Reaktion des Körpers – die reflektorische Anspannung des Rumpfes, welche bewusst nicht erreicht werden kann.

1.2.4 Gymstick Muscle™ – Intervalltraining mit Power *Janine Berger*

Das effektive und funktionelle Power Group Fitness-Programm mit dem Gymstick™ (eine Kombination aus hochwertigem Fiberglasstab und elastischen Widerstandstübings) vermittelt maximalen Spaß und Trainingserfolg – „simply effectiv!“ Es basiert auf dem neuartigen TRIO-Konzept, welches durch ein progressives Intervalltraining Kraft, Ausdauer, Balance, Koordination und Beweglichkeit trainiert. Die dazugehörige Musik ermöglicht ein modernes Intervalltraining ohne langweiliges Zählen der Wiederholungen.

1.2.5 Yoga für Einsteiger – Die Kraft deines Atems *Claudia Zoller*

Der Atem ist der Rhythmus unseres Lebens – sind wir aufgereggt, atmen wir meist schnell, kurz und flach. Wenn wir aber bewusst unseren Atem lenken, finden wir zur inneren Quelle und werden stabil. In diesem Workshop begegnest du dir selbst, entspannt Körper und Geist bei sanften Übungen aus dem Hatha-Yoga.

1.2.6 DAYO 2 Hearts *Petra Havelkova & Manuel Kramer*

DAYO steht für die Fusion tänzerischer Elemente mit der energiespendenden Kraft yogischer Asanas. Fließende Bewegungsabläufe, basierend auf Ganzkörperübungen verbessern sowohl Kraft, Körperhaltung, Beweglichkeit, Balance und Koordination. Bei DAYO 2 Hearts binden wir uns gegenseitig in den Fluss der Bewegung mit ein und schaffen Raum für Begegnung, sowohl körperlich als auch geistig/emotional. Themen wie Kommen/Gehen und autark/verbunden können im Sinne einer erhöhten Achtsamkeit neu erlebt und ausprobiert werden.

1.2.7 Latinaerobic *Anke Ernst*

Heiße Rhythmen, kurvige Bewegungen und eine Menge Spaß.

1.2.8 Neue Ideen für dein HIIT-Training *Richi & Elli Kutscha*

Wie geht Tabata mal anders? Was ist ein Pyramidentraining? Wie geht HIIT ohne Geräte? Wie kann ich Stunden mit hochintensivem Intervalltraining abwechslungsreich für meine Teilnehmer gestalten und verschiedene Level ansprechen? All diesen Fragen gehen wir in diesem Workshop auf den Grund und stellen verschiedene Trainingsstrukturen vor.

1.3.1 **¾-Step – NEW DIMENSIONS**

Manuel Kramer

Schlägt eine Brücke zwischen westlich orientiertem Fitnesstraining und den östlichen Trainingsmethoden. Weiche, fließende Bewegungen schaffen Raum für neue Bewegungsmuster und öffnen Körper und Geist für inspirierende Erfahrungen. Die Musik im ¾-Takt ist weicher und bietet eine andere Qualität der Bewegung an. Der Aufbau über die Basics erlaubt im Lauf der Stunde die Intensitätssteigerung, sodass das Level individuell gesteuert werden kann. Für Anfänger und Fortgeschrittene!

1.3.2 **F-B-W – Functional-Bodyweight-Workout**

Heike Meidinger

Funktionelle, dynamische und kraftvolle Übungen in Kombination mit Tabata-Einheiten sind Inhalte dieses Workshops. Nutze und spüre deinen Körper, trainiere Kraft und Ausdauer.

1.3.3 **Latin House**

José Martinez

Der lateinamerikanische Hüftschwung kommt hier von allein und verleiht ein grenzenloses Sex-Appeal. Lass dich verführen und genieße eine ganz andere Aerobic Class, die Lust am Leben macht, ein Lächeln ins Gesicht aller Teilnehmer zaubert und durch tänzerische Bewegungen ein neues Körpergefühl vermittelt.

1.3.4 **Gymnastik/Workout für den Rücken/Bauch mit dem Gymstick™**

Janine Berger

Unterschiedliche Stärken gewährleisten ein optimales Training, angepasst an die individuellen Bedürfnisse und den Fitnessgrad. Der Gymstick™ ermöglicht ein effektives Training von Kraft, Ausdauer, Balance, Beweglichkeit und Koordination – in diesem Kurs werden vielfältige Übungen für eine starke und bewegliche Körpermitte gezeigt.





1.3.5 **DanceFit – Kräftigung mit Rhythmus**

Lea Gruenwald

Kräftigung auf Musik und das Ganze mit viel Spaß. Hier wird der ganze Körper trainiert und das mit Musik und coolen Dance Moves. Du brauchst nichts, außer eine Matte und dein eigenes Körpergewicht!

1.3.6 **Mind Body Best Age (East meets West)**

Sonja Hergert

Mind Body-Konzepte vereinen das Beste aus fernöstlichen und westlichen Bewegungs- und Energietechniken. Nach einer Phase der Einstimmung mit sanften Bewegungen aus dem Tai-Chi/Qi Gong sorgen Bewegungsflow zu Musik dafür, deine Meridiane durchlässig machen, fasziale Verklebungen zu lösen und deine Beweglichkeit zu verbessern. Durch achtsame Fascial Stretches vertieft du diese weichmachende Wirkung deiner faszialen Strukturen. Stabilisierende und kräftigende Übungen richten dich auf und geben dir ein stabiles Fundament, um dann in einem entspannenden Stundenklang deine Körperwahrnehmung zu verfeinern.

1.3.7 **natürlich. bewusst. bewegen – Gehirn trifft Körper**

Timo Reiff (Pedalo-Experte)

Unsere Sinnesorgane nehmen unwillkürlich Einfluss auf unsere Handlung und somit auf unsere Leistungsfähigkeit. Bewusst bewegen bedeutet, dass wir unsere Aufmerksamkeit auf die eigene Körperwahrnehmung und Bewegungsausführung richten, dabei die visuelle Wahrnehmung, die vestibuläre Wahrnehmung und die Propriozeption positiv integrieren. Wie nehme ich mich bei dem was ich gerade tue wahr, oder wie tue ich das was ich gerade tue? Oftmals gerät die Körperbalance aufgrund fehlender Körperwahrnehmung und Körperintelligenz ins Wanken. Wollen wir das Output unserer Haltungs- und Bewegungsqualität und somit unsere Handlungsschnelligkeit verbessern, so müssen wir die Eingangsinformationen (Input) unserer Sinnesorgane an das zentrale Nervensystem verbessern.

1.3.8 Functional Moves

Torsten Blau

Durch gezielte Übungen stärken wir unseren Muskelapparat, stabilisieren den Körper, bereiten Sehnen und Gelenke gezielt für den Alltag sowie weitere sportliche Belastungen vor. Ein Mix aus Kräftigung und Cardio bringt dir hierbei die zusätzliche Power.

1.4.1 Let's Step have Fun

Heike Meidinger

Erlebe eine energiegeladene Kombi voller fetziger Ideen. Lasse dich von meinem klar strukturierten und flüssigem Aufbau mitreißen. Let's Step together ... and have fun.

1.4.2 Funky Moves

Kai Bollinger

Kai bringt jeden in dieser Stunde so richtig zum grooven. Basic Elemente von Dance, Hip-Hop und Funk verschmelzen zu einer coolen Choreo. Let's get funky.

1.4.3 Pilates – Back to basic

Petra Havelkova

Ganzheitliches Ganzkörpertraining mit Focus auf die tiefe Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur mit Einklang der Bewegung und Atmung.

1.4.4 Burlesque Aerobic

Lea Gruenwald

Dance Aerobic mal in sexy!

1.4.5 Drums Alive & Pezziball für Senioren

Anke Ernst

„Rock the House“. Drums Alive verbindet auf einzigartige Weise Rhythmus und Bewegung. „Trommel dich fit!“

1.4.6 Entspannter Nacken – Freier Kopf

Sonja Hergert

Durch die Faszienforschung der letzten Jahre werden neue Schwerpunkte in der Sichtweise auf das Training von Nacken- und HWS-Beschwerden gesetzt: Mit Übungen aus dem Faszientraining, der Franklin-Methode, sowie verschiedenen Mobilisations- und Entspannungstechniken sorgen wir für Stoffwechselanregung, verbesserte Beweglichkeit und Schmerzreduktion. Als Trainingsmittel wird in diesem Workshop der Actiball® Relax sowie der Redondoball® verwendet.

15,- € Frühbucherrabatt bei Anmeldungen bis zum 22.09.2019!

1.4.7 Yoga für Einsteiger – Ohne Licht kein Schatten

Claudia Zoller

Unsere Welt ist voller Gegensätze – Sonne und Mond, männlich und weiblich, Berg und Tal, bewegen und anhalten. Oft gehen wir nur dem nach, was uns liegt, bewegen uns nur dort, wo wir uns sicher sind und fördern so meist nur eine Seite in uns. Dieser Workshop lädt dich ein, durch sanfte Übungen aus dem Hatha-Yoga beide Seiten in dir wieder zu entdecken und in Einklang zu bringen.

1.4.8 Mental Yin Yoga

Manuel Kramer

Diese sanfte Methode kombiniert in idealer Weise moderne Meditations- und Mentaltechniken sowie körperliches und geistiges Training, mit denen der Übende schnell lernt, ohne muskuläre Anspannung innere Blockaden aufzulösen. Führt Körper und Geist in eine berauschte Stille. Das ganze System wird nachhaltig entspannt. Die Integration von Aspekten der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) in diese Form des Yogas verändert sich die Ausrichtung in Einklang mit den Jahreszeiten.

Sonntag, 17. November 2019

2.1.1 Step-Vertikal

Torsten Blau

Diese Stunde fasziniert dich durch die Variation des Vertikalen Steps. Neue Perspektive, bekannte Schritte kombiniert mit jeder Menge Fun.

2.1.2 JM Dance Aerobic

José Martinez

Du bewegst dich auf coole Musik mit faszinierenden Moves, fühlst deinen Körper vibrieren und nimmst viele neue Ideen für dich und deine Stunden mit. Fühle den Beat, fühle die Energie, hebe ab mit viel Spaß und be part of the Party!

2.1.3 Rolling like a Ball

Gabi Fastner

Smart und clever. Das moderne Rückentraining mit dem neuen Jacaranda Ball von TOGU. Das Halten, Bewegen und Kontrollieren des Gymnastikballes mit einem Gesamtgewicht von ca. 400 Gramm und der rollenden Masse im Inneren des Balles fordert gleichzeitig mehrere Sinne. Jacaranda ist ursprünglich der Name eines Baumes mit weit ausladenden Ästen. Die Äste stellen bei den Übungen unsere Arme dar. Der Baumstamm ist unser Rumpf. So wie sich die Äste im Wind bewegen, rotieren wir bei der Bewegung das Innere des Jacaranda Balles, dabei muss der Baumstamm / unsere Rumpfmuskulatur, stabilisieren. Je ausladender die Äste, also je körperferner die Arme gehalten werden, umso

mehr Haltearbeit wird von der tiefen Rumpfmuskulatur gefordert. Trägt der Baum Früchte, halten wir die ca. 400 Gramm in einer Hand, stabilisiert die Körpermitte zusätzlich unsere aufrechte Haltung. Eine sanfte Herausforderung für deine lokalen Stabilisatoren, wie der Beckenboden, Anteile der schrägen Bauchmuskulatur, der M. Transversus, die autochthone Rückenmuskulatur und Anteile des Zwerchfells.

2.1.4 **Tabata Bootcamp** *Lea Gruenwald*

20 Sekunden Belastung, 10 Sekunden Pause – 4 Minuten lang – 10 Runden!

2.1.5 **Drums Alive Powerbeats** *Anke Ernst*

Macht Spaß, macht Krach und hebt die Laune. Danach fühlt man sich richtig gut. Ein etwas anderer Verwendungszweck für den guten alten Pezziball.

2.1.6 **Einfach + echt = Ich! – Meditation in Bewegung** *Petra Havelkova*

Anleitung zur Geh-Meditation und Achtsamkeitsübungen für den Alltag. Man muss nicht immer ein Ziel haben, um zu wissen wie.





2.1.7 Functional Flow

Kai Bollinger

Bei Functional Flow trainieren wir gleichzeitig Kraft, Koordination, Ausdauer, Mobilität, Stabilität, Beweglichkeit und Schnelligkeit. Beim Functional Flow kann barfuß, in rutschfesten Socken oder in Sportschuhen trainiert werden. Im Gegensatz zu einer BBP bzw. Bodyworkout Stunde arbeiten wir nicht von OBEN nach UNTEN, also stehend bis hin zur Matte, sondern setzen Intervalle und arbeiten durchgehend in den verschiedenen Trainingsebenen. Auch dynamische und statische Übungen sind gemischt und werden im Wechsel unterrichtet.

2.1.8 Partner- und Gruppen-Workout

Elli & Richi Kutscha

Übungen mit einem/r Partner/in sind oft mit Körperkontakt verbunden, was viele Teilnehmer als unangenehm empfinden. Wir wollen in diesem Workshop Möglichkeiten aufzeigen, wie man auch ohne Körperkontakt in der Gruppe oder als Zweier-Team gemeinsam mit verschiedenen Schwerpunkten trainieren kann und wie du als Übungsleiter damit das Teamgefühl in deinen Gruppen stärken kannst.

2.2.1 Step Dance

Kai Bollinger

Step-Choreo voller Power und Fun. In der Masterclass steht logischer Aufbau im Vordergrund. Aus Basics und Tanzelemente wird Dance-Step!

2.2.2 Zirkeltraining 2.0

Elli & Richi Kutscha

Wie geht Zirkeltraining ohne Geräte? Welche Variationen kann ich ins Zirkeltraining bringen, um Abwechslung zu schaffen? Wie kann ich mein Zirkeltraining spontan an die Gruppengröße anpassen? Wie bereite ich mein Zirkeltraining am besten vor? In diesem Workshop wollen wir neue Impulse geben, um Zirkeltraining wieder spannend zu machen.

15,- € Frühbucherrabatt bei Anmeldungen bis zum 22.09.2019!

2.2.3 Rückenfit mit Redondoball® Plus

Gabi Fastner

Der Redondoball® Plus ist mehr als ein Ball zum Spielen und Sitzen, er ermöglicht darüber hinaus auch anspruchsvolle Stützübungen sowie Trainingseinheiten im Stehen oder in Bauch- und Rückenlage. Er eignet sich ideal zur Verbesserung von Rumpfstabilität, Koordination und Gleichgewicht. Eine Herausforderung deiner intra- und intermuskulären Koordination! Wackeln ist erwünscht!

2.2.4 Modern Dance – Floor Work

Felicitas Hadzik

In diesem Workshop gehen wir gezielt auf die Bewegungsformen und Techniken am Boden ein (Rollen, Schwünge, dynamische Wechsel etc.). Lerne die Schwerkraft zu nutzen, dann sind der Bewegungsgestaltung keine Grenzen gesetzt.

2.2.5 Workout mit dem Pezziball

Anke Ernst

Ein gut bewährtes Trainingsgerät, das vielseitig einsetzbar ist, für alle Zielgruppen und für jedes Leistungsniveau. Sensomotorik, Ganzkörperstabilisation aber auch Herzkreislauftraining und Übungen mit Gruppendynamik um nur einige Inhalte zu nennen.

2.2.6 Bauch-Beine-Po – Update

José Martinez

In diesem Workshop heißt es „Back to the Roots“. „Alte Übungen“ neu verpackt. Simpel und effektiv. Trainiert wird mit dem eigenen Körpergewicht. Let's have fun!

2.2.7 Best Age – Spaß an der Bewegung

Heike Meidinger

Auch im besten Alter mit Spaß an der Bewegung fit und gesund bleiben. Ein Mix aus Kräftigung, Balance und einfachen Choreografien bringt Schwung in deine Best Age Kurse ... lass dich überraschen und hab Spaß dabei.

2.2.8 Dance to the Beats

Torsten Blau

Mit einem asymmetrischen Aufbau wird euch Torsten zu einem ganz besonderen Highlight führen. Oldstyle Aerobic wird mit neuen Danceelementen gemischt und zu einer mitreißenden Masterclass zusammengefügt. Come and feel the Beats.

2.3.1 Fatburner Workout mit dem Step

Torsten Blau

In dieser Workout-Stunde geht es zum einen um das Training der Muskulatur und zum anderen um die Fettstoffverbrennung. Hier lernen Sie durch einen geeigneten Mix von Übungen ein mögliches Stundenbild kennen.

2.3.2 Salsa Latino Style

Kai Bollinger

Latino Rhythm, schnelle Moves aus dem Bereich Latin, Salsa, classic werden Step by Step zur heißen SOLO Tanznummer.

2.3.3 Pilates mit der mein Yoga Rolle

Gabi Fastner

Das Pilates Training wurde von Joseph Pilates entwickelt. Die Übungen sind eine Kombination aus Dehn- und Kräftigungsteilen, welche die Muskeln stärken und formen, die Haltung verbessern, Flexibilität und Gleichgewicht erhöhen, die Körpermitte stärken und den Körper und Geist angenehm entspannen. Mit der luftgefüllten, extra weichen und rauen Yogarolle Multiroll® mein Yoga – made in Germany – kannst du vielfältige Pilates Übungen in sein tägliches Training einbauen. Finde deine Mitte und aktiviere Körper und Geist.

2.3.4 Stretch & Relax

Lea Gruenwald

Diese beiden Wörter kommen in einem oft hektischen Alltag zu kurz, umso wichtiger, dass wir ihnen nun die Zeit widmen und unseren Körper und unsere Seele atmen lassen und gleichzeitig etwas gedehnt bekommen.

2.3.5 Classical Jazz Dance für Jung und Alt

Felicitas Hadzik

Hier erlernen wir eine Jazz-Kombination aus vielen Grundelementen und Basicsteps.

2.3.6 Feel the Flow

Heike Meidinger

Genieße den Flow im $\frac{3}{4}$ -Takt, und lasse dich ein auf eine andere Art des Tonings. Die Kombination aus Elementen der Wirbelsäulengymnastik, Stability, Yoga und fließenden Bewegungen lassen die Stunde zu etwas Besonderem werden. Aufgrund des weichen und angenehmen Rhythmus des $\frac{3}{4}$ -Taktes ist diese Stunde auch für ältere Teilnehmer geeignet.

2.3.7 Find your Soul (Rehab)

José Martinez

Eine Body Mind Class die mit den Grundbewegungen des Tanzes ausgeführt wird. Hohe Beachtung liegt hierbei auf der richtigen Integration von Schultern, Wirbelsäule und Hüften. Diese drei Systeme arbeiten ständig zusammen und machen die globale Bewegung des menschlichen Körpers mehr oder weniger flüssig und koordiniert. Bereitet den Körper mit tanzen auf den Alltag vor.

2.3.8 Workout ohne Handgeräte

Anke Ernst

Der Titel ist Programm. Ein Ganzkörpertraining nur mit dir, einer Matte und guter Musik.

2.4.1 Fun, Dance & Relax

Anke Ernst, Heike Meidinger, Lea Gruenwald, José Martinez & Torsten Blau

Hier ist der Name Programm! Gib im letzten Workshop nochmal alles. Jeder Referent zeigt nochmal ein Stück aus seinem Repertoire und lässt dich mit einem guten Gefühl nach Hause gehen.

2.4.2 DAYO – Dance Yoga

Petra Havelkova

Inspiziert vom Verständnis der richtigen Nutzung der Vitalenergie verbindet DAYO tänzerische Schrittfolgen mit klassischen Yoga-Elementen und anderen Methoden aus der östlichen und westlichen Trainingsmethodik. Fließende Bewegungsabläufe, basierend auf Ganzkörperübungen, die gleichermaßen Kraft, Körperhaltung, Beweglichkeit, Balance und Koordination verbessern, stehen hier im Fokus. Deine innere Stärke und deine Gelassenheit im Alltag werden gefördert, der Körper wird geschmeidiger und der Geist ruhiger. Eine spielerische und leichte Herangehensweise öffnet Körper und Geist und lässt Raum für neue und individuelle Erfahrungen für deine eigene Bewegungsinterpretation entstehen. Dieses Konzept wurde von Petra selbst entwickelt.

2.4.3 Body & Mind in the Mix

Elli & Richi Kutscha

Erweitere das Repertoire für deine Yoga-, Pilates- und Body & Mind Stunden. Der Begriff Body & Mind umfasst viele Richtungen und Möglichkeiten. In diesem Workshop bekommst du neue Impulse, einige dieser Möglichkeiten miteinander zu kombinieren und damit ein individuell für alle Teilnehmer passendes Programm zusammenzustellen.

2.4.4 Musical Dance – Mamma Mia

Felicitas Hadzik

Die großartigen Choreografien des Broadways haben es dir angetan? Lerne in diesem Workshop eine Choreografie aus dem Musical Mamma Mia. Gute Laune, Spaß und coole Moves sind garantiert.





Organisatorisches

Anmeldung

Es wird empfohlen sich über das Turninformationsportal (T.I.P.) www.btb-tip.de anzumelden. Bei einer Anmeldung über das T.I.P. ist direkt zu erkennen, welche Workshops noch frei bzw. ausgebucht sind.

Für schriftliche Anmeldungen verwenden Sie bitte das Anmeldeformular. Nur ein Anmeldeformular pro Person verwenden! Bei mehreren Personen kopieren Sie bitte das Formular!

Bitte tragen Sie bei einer schriftlichen Anmeldung auf dem Anmeldeformular die Nummern der Workshops ein, die Sie besuchen möchten. Geben Sie bitte auch jeweils die Nummern der Workshops Ihrer 2. und 3. Wahl an, damit im Falle eines bereits ausgebuchten Workshops eine Alternative angeboten werden kann.

Anmeldebedingungen

- Frühbucherrabatt in Höhe von 15 € bei Anmeldung bis zum 22.09.2019.
- Für Abonnenten der Badischen Turnzeitung (BTZ) gibt es einen zusätzlichen Rabatt in Höhe von 30 €.
- Bei der Vergabe der Workshop-Plätze wird das Eingangsdatum berücksichtigt.
- Anmeldungen nach dem 03.11.2019 können nur gegen eine zusätzliche Bearbeitungsgebühr in Höhe von 5 € berücksichtigt werden.
- An beiden Tagen wird ein zu buchbares Mittagessen zu je 7 € angeboten.

- Bei schriftlicher Anmeldung muss eine unterschriebene Einzugsermächtigung vorliegen (Abbuchungstermin 20.11.2019).

– Anmeldeschluss ist der 03.11.2019

Nach Eingang und Prüfung der Anmeldung wird, sofern vorhanden, eine Bestätigung per E-Mail versendet.

Teilnehmerinformationen

Alle Teilnehmer/innen erhalten ca. zehn Tage vor der Veranstaltung eine Einladung per E-Mail mit allen benötigten Informationen.

Rücktrittsbestimmungen

Jeder Rücktritt muss grundsätzlich schriftlich erfolgen.

- Bei Stornierungen bis einschließlich 03.11.2019 wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10 € erhoben.
- Bei Stornierungen nach dem 03.11.2019 wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 40 € erhoben.
- Krankheitsbedingte Absagen entbinden nicht von den Stornierungsgebühren, die Teilnehmergebühren werden bei Nichtteilnahme nicht zurückerstattet.



Rechnungszusendung

Für die Zusendung einer Rechnung werden zusätzlich 3 € Bearbeitungsgebühr erhoben.

Wenn als Zahlungsart Lastschrift angegeben wurde und trotzdem eine Rechnung benötigt wird fallen diese Gebühren ebenfalls an.

Bankgebühren, die durch Rücklastschriften (z.B. durch Kontounterdeckungen oder durch die Angabe einer falschen Bankverbindung) entstehen und vom Melder verursacht wurden, müssen in der entstanden Höhe von diesem getragen werden.

Programmänderungen

Wir behalten uns Programmänderungen sowie den Einsatz anderer Referenten vor.

Der Badische Turner-Bund e.V. haftet grundsätzlich nur für Vorsatz und/oder grobe Fahrlässigkeit. Weitere Ansprüche sind ausgeschlossen. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Verlust von persönlichen Sach- und Wertgegenständen.

Datenschutzbestimmungen

Die im Rahmen der Anmeldung angegebenen personenbezogenen Daten, die zum Zwecke der Durchführung der entsprechenden Aus- oder Fortbildungsmaßnahme und gegebenenfalls für weitere Zwecke (beispielsweise Ausstellung oder Verlängerung von Lizenzen) erforderlich

sind, werden elektronisch gespeichert und können nur durch berechtigte Personen eingesehen werden. Wir versichern, dass die von uns durchgeführte Datenverarbeitung auf der Grundlage geltender Gesetze erfolgt und für die Durchführung der Aus- oder Fortbildungsmaßnahme notwendig ist.

Veranstaltungsort

Seppel-Herberger-Ring 6
68753 Waghäusel – Ortsteil Wiesental

Anerkennung als Lizenzverlängerung

Die Teilnahme an beiden Tagen wird als Lizenzverlängerung der 1. und 2. Lizenzstufe anerkannt. Bei einer Teilnahme an nur einem Tag können jeweils 8 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung angerechnet werden.

Wir möchten schon vorab darauf hinweisen, dass vor Ort keine Lizenzen mehr verlängert werden! Dies geschieht im Zuge des Lizenzabgleiches nach der Veranstaltung über das DOSB-Lizenzmanagementsystem.

Die aktualisierten Lizenzen werden nach der Veranstaltung in digitaler Form versendet.

Badischer Turner-Bund
Am Fächerbad 5
76131 Karlsruhe

Tel. 0721 1815 28
Fax 0721 26176
Bildungswerk@Badischer-Turner-Bund.de

Hiermit melde ich mich verbindlich für die **BTB GYMWELT-Convention Fitness & Aerobic am 16. – 17.11.2019** in Waghäusel-Wiesental an und buche

Teilnehmergebühren BTZ-Abonnenten	Frühbucherpreis bis 22.09.2019	Normalpreis ab 23.09.2019
1-Tageskarte (Samstag)	<input type="checkbox"/> 75 €	<input type="checkbox"/> 90 €
1-Tageskarte (Sonntag)	<input type="checkbox"/> 75 €	<input type="checkbox"/> 90 €
2-Tageskarte (Sa & So)	<input type="checkbox"/> 115 €	<input type="checkbox"/> 130 €

Teilnehmergebühren regulär	Frühbucherpreis bis 22.09.2019	Normalpreis ab 23.09.2019
1-Tageskarte (Samstag)	<input type="checkbox"/> 105 €	<input type="checkbox"/> 120 €
1-Tageskarte (Sonntag)	<input type="checkbox"/> 105 €	<input type="checkbox"/> 120 €
2-Tageskarte (Sa & So)	<input type="checkbox"/> 180 €	<input type="checkbox"/> 195 €

Essen

Salatteller am Samstag Nudelgericht am Sonntag

Workshop-Anmeldung (Bitte Workshop-Nummer vollständig und leserlich angeben)

Samstag, 16.11.2019		1. Wahl	2. Wahl	3. Wahl
1. Durchgang	09.45 – 11.00 Uhr	_____	_____	_____
2. Durchgang	11.30 – 12.45 Uhr	_____	_____	_____
3. Durchgang	13.45 – 15.00 Uhr	_____	_____	_____
4. Durchgang	15.30 – 16.45 Uhr	_____	_____	_____
Sonntag, 17.11.2019		1. Wahl	2. Wahl	3. Wahl
1. Durchgang	9.30 – 10.45 Uhr	_____	_____	_____
2. Durchgang	11.15 – 12.30 Uhr	_____	_____	_____
3. Durchgang	13.30 – 14.45 Uhr	_____	_____	_____
4. Durchgang	15.15 – 16.30 Uhr	_____	_____	_____

Persönliche Daten

Name Vorname

Straße PLZ / Ort

Telefon Geburtsdatum

E-Mail

Verein / Organisation

Gesamtpreis € zzgl. 5 € Bearbeitungsgebühr

Einzugsermächtigung

Für die o.g. Veranstaltung melde ich mich verbindlich an. Ich ermächtige den Badischen Turner-Bund e.V. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Badischen Turner-Bund e.V. gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Teilnehmergebühren werden am 20.11.2019 abgebucht. Mit meiner Unterschrift auf dieser Anmeldung erkenne ich die AGBs, insbesondere die Anmelde- und Rücktritts- und Datenschutzbedingungen der Veranstaltung an.

Kontoinhaber/in

Straße PLZ / Ort

IBAN BIC

Datum Unterschrift

Einwilligungserklärung für die Veröffentlichung von Fotos:

Mit der Anmeldung zur BTB GYMWELT-Convention Fitness & Aerobic willige ich ein, dass der Badische Turner-Bund die Fotos unentgeltlich für seine verbandseigenen PR-Maßnahmen veröffentlichen darf. Mir ist bewusst, dass die Fotos damit weltweit verbreitet werden und dritte Personen, die über einen Internetanschluss verfügen, die Fotos zur Kenntnis nehmen, herunterladen, bearbeiten und vervielfältigen können. Mir ist bekannt, dass der Badische Turner-Bund keine Schutzmaßnahmen gegen derartige Gebrauchsformen vorhalten kann. Diese Einwilligung gilt bis zum Widerruf!

Danke den Partnern des Badischen Turner-Bundes

Medienpartner



Hauptförderer



Partner



Veranstaltungspartner



Ausrichter

