

Lehrgang am Sonntag den 04.10.2026
8 LE zur Lizenzverlängerung können angerechnet werden!
in der Turnhalle Hettingen
Alte Buchener Straße 25
74722 Buchen-Hettingen

Referent: Rainer Günther

Referent Lehrwesen des Badischen Turner-Bundes

DOSB Ausbilder Diplom

9:00 Uhr Begrüßung der Teilnehmer anschließend

1. Arbeitskreis 1,5 Stunden

-Allgemeine Erwärmung, Trainerkompetenzen, Erarbeiten von Schlüsselpositionen im Gerätturnen

Themenbox: Sicherheit, Aufbau, Gerätemanagement, Partnerübungen, Übungsphasen, vorbereitende Übungen.

bis ca. 10:30

(evtl. 5 min Pause)

10:30 Uhr

2. Arbeitskreis 1,5 Stunden

-Von der Rolle vorwärts bis zum Handstand. Vorbereitende Übungen, Einfache Vorübung,

Zielübungen, Grundlagen, Aktive Hilfestellung, Voraussetzungstraining Methodische und didaktische Reihen. Hilfestellung. Übungsphasen.

Themenbox: Sicherheit, Aufbau, Gerätemanagement.

bis ca. 12:00

12:00-13:00 Mittagspause

13:00 Uhr

3. Arbeitskreis 1,5 Stunden

Was mache ich wenn...? Erste Hilfe bei Sportverletzungen. Z.B PECH Regel, Brüche, Stauchung, Platzwunden, stabile Seitenlage, etc

Bitte alten Ersten Hilfe Kasten (Verfallsdatum ist egal) mitbringen zum Üben als Übungsmaterial.

bis ca. 14:30

(evtl. 5 min Pause)

14:30 Uhr

4. Arbeitskreis 1,5 Stunden

Hilfestellung bei akrobatischen Elementen am Schwebebalken / Boden / weitere Geräte,

(nach Teilnehmerwunsch) z.B. Schraubenbewegungen, Felge, Kippe, Stemme, Drehungen, etc.

Themenbox: Sicherheit, Aufbau, Gerätemanagement, gymnastische Grundelemente, akrobatische Elemente, Übungsphasen.

bis ca. 16:00

Fragen z.B.

-zu methodischen und didaktischen Reihen

-zu Hilfestellung an verschiedenen Geräten

17:00 - Ende Abschlussbesprechung und Ausgabe der Lehrgangsbestätigungen

Die Kosten für den Lehrgang belaufen sich für MNTG Mitglieder auf 40 Euro und für Nichtmitglieder (Turngaufremde) auf 65 Euro. **Für eine erfolgreiche Anmeldung müssen die Kontodaten des Vereins und die Abbuchungs-Erlaubnis vorliegen.** Abmeldungen sind bis zum Anmeldeschluss am **27.09.2026** kostenfrei. Bei Nichtteilnahme wird eine Gebühr von 10 Euro fällig.

Anmeldung: an **mntg-turnen-maennlich@mein.gmx** Anmeldeformular auf der Homepage des Main-Neckar-Turngaus