

Termine April bis August 2024

13.-14.04.10.00 h	KAHA®-Instructor	TH Theodor Goldschmidt RS
19.-21.04.	Internationaler Pre-Olympic-Youth-Cup (POYC) & RTB-Pokal	SH Haedenkampstr.
	vorläufiger Zeitplan:	
Freitag:	Öffentliches Training: 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr	
Samstag:	POYC AK 12/13, WK-Beginn: 10.20 Uhr POYC AK 14/15, WK-Beginn: 14.00 Uhr POYC AK 16+, WK-Beginn: 17.15 Uhr	
Sonntag:	RTB-Pokal AK 9, WK-Beginn: 08.50 Uhr RTB-Pokal AK 10, WK-Beginn: 11.40 Uhr RTB-Pokal AK 11, WK-Beginn: 13.50 Uhr	
	Der RTB behält sich vor, den Zeitplan entsprechend dem Meldeergebnis anzupassen.	
09.06. 10.00 h	Parkour! - Wer kann denn sowas?	TH Theodor Goldschmidt RS
29.-30.06.10.00 h	Drums Alive®-Instructor	TH Theodor Goldschmidt RS
08.07.	Beginn der Sommerferien	NRW
24.08. 08.30 h	Erste Hilfe bei Sportverletzungen	TH Haus des Sports
31.08. 10.00 h	AlltagsTrainingsProgramm (ATP) - SPORT PRO GESUNDHEIT: Einweisungsveranstaltung in das ATP	TH Theodor Goldschmidt RS
01.09. 10.00 h	ATP Dauerangebot „Alltag in Bewegung“	TH Theodor Goldschmidt RS

↑ POYC & RTB-Pokal ↓

Mit dem **Pre-Olympic-Youth-Cup** – dem international renommierten Vergleich der Talente im Mädchenturnen – und dem bundesoffenen **RTB-Pokal** erwartet uns Ende April in Essen ein Wettkampf-Wochenende auf hohem Niveau.

Die GET richtet die beiden Wettkämpfe im Gerätturnen weiblich nun bereits zum fünften Mal in der Sporthalle Haedenkampstraße aus. Am Samstag messen sich beim POYC die größten Turntalente Europas mit Hoffnung auf die Olympischen Spiele; Sonntag gehört die Halle dann den „Turn-Minis“.

Seid dabei! Alle Fans des Turnens sind herzlich eingeladen!

Zeitplan: Siehe Termine (links).

Tickets

Eintrittskarten gibt es an der Tageskasse. Vorab per Mail bestellte Karten werden an der Kasse für die Besucher bereit gehalten.

Eintrittspreise	ab 18	ab 7 Jahre
Sa 20.04 POYC 12-16+	12 €	8 €
So 21.04. RTB-Pokal 9-11	12 €	8 €
Wochenendkarte	20 €	10 €

Kinder bis 6 Jahre haben freien Eintritt.

Werbung für das Turnen: klicken und verbreiten !!! [www.lokalkompass.de]

Werbung für das Turnen: klicken und verbreiten www.lokalkompass.de

Um in der Öffentlichkeit präsent zu sein, nutzen wir seit Jahren die GET-Website, GET Facebook-Seite (<https://www.facebook.com/Turnen.in.essen>), TEE und Newsletter. Hinzu kommt nun lokalkompass.de; eine Online-Nachrichtenseite für Lokalnachrichten aus Nordrhein-Westfalen (<https://www.lokalkompass.de/essen>). Die Seite gehört zu den WVV (Westdeutsche Verlags- und Werbegesellschaft) / ORA (Ostruhr-Anzeigenblattgesellschaft)-Anzeigenblättern der Funke-Mediengruppe.

Das Lesen unserer Pressemitteilungen (klicken) und die Weitergabe (verbreiten) des Links, also des digitalen Verweises darauf, erhöht die Resonanz und damit die Chance, dass Turnen in den Ausgaben Erwähnung findet – **macht mit!**

Dazu bedarf es keiner Anmeldung !! Einfach auf lokalkompass.de in der Rubrik Sport unsere Veröffentlichungen lesen.

ÜL C-LIZENZ-KOMPAKTAUSBILDUNG

AUFBAUMODUL BREITENSPORT - KINDER UND JUGENDLICHE

- Komplet in den Herbstferien!



A 2024-98560

Die Ausbildung zum Übungsleiter C besteht aus zwei aufeinander aufbauenden Modulen, dem Basismodul mit 30 LE und dem Aufbau-Modul mit 90 LE. Die ÜL-Lizenz wird erteilt, wenn beide Module sowie eine Erste-Hilfe-Ausbildung (9 LE) oder eine Erste-Hilfe-Fortbildung (9 LE bei Auffrischung einer früheren Ausbildung) in den letzten zwei Jahren absolviert wurden.

Diese Lizenz ist die Voraussetzung für den Einstieg in Ausbildungen auf der zweiten Lizenzstufe. Sie hat eine Gültigkeitsdauer von 4 Jahren und kann durch die Teilnahme einer Fortbildung (15 LE) um weitere 4 Jahre verlängert werden.

ÜL C Basismodul

(30 LE) Inhalte:

mit Menschen umgehen - Das Leiten von Gruppen | gewusst wie - Grundlagen zum methodischen Arbeiten im Sport | mit System - der Aufbau von Sportstunden | Durchblick - Lizenzen, Anbieter und Planung der eigenen Karriere als Übungsleiter | Treib Sport und bleib Gesund - Definition von Gesundheit und Salutogenese.

Voraussetzung: Die Teilnehmer müssen mindestens 16 Jahre alt und sporttauglich sein.

SPORHELPER/ SPORTASSISTENTENAUSBILDUNG I UND II

A 2024-97040:

(60 LE) Fit als Assistent/in von Übungs- und Jugendleiter/innen

An der Seite von Übungsleiter/innen gestalten Sporthelfer/innen die Sportangebote für Kinder und Gleichaltrige mit. Sie nehmen Einfluss auf die Auswahl von Bewegungsangeboten, bringen Trends ein und berücksichtigen so die Bedürfnisse von Jüngeren.

Die Ausbildung der Gemeinschaft Essener Turnvereine legt neben den obligatorischen Inhalten der Sportassistentenausbildung besonders Wert auf die Aspekte des Gerätturnens und der spielerischen Heranführung über Gerätelandschaft und methodische Reihen.

Teilnehmen können 13-16-jährige Jugendliche, die sich in der Vereinsjugendarbeit bereits

ÜL C Aufbau-Modul Breitensport - Kinder und Jugendliche

(90 LE) Zielgruppe sind VereinsmitarbeiterInnen, die Kinder- oder Jugendgruppen sportlich betreuen wollen. Die sportbezogene Kinder- und Jugendarbeit fordert von den ÜbungsleiterInnen für die Durchführung des Übungsbetriebs spezifisches theoretisches Hintergrundwissen sowie selbstverständlich auch zielgruppenorientierte sportpraktische Inhalte, um Kinder, Jugendliche und Heranwachsende optimal im Sinne einer ganzheitlichen Entwicklungsförderung zu unterstützen. Die Inhalte werden fachlich ausgeglichen und praxisnah vermittelt.

Schwerpunkt dieser Ausbildung von uns als Turnverband wird das Kinderturnen sein.

Inhalte:

Modelle der Gesundheitsförderung durch Sport bei Kindern und Jugendlichen | Vertiefung: Anatomie und Physiologie | Erleben, Planen und Durchführen von gesundheitssportorientierten Breitensportstunden | Belastungsdosierung und Differenzierung | Sport- und Entwicklungspsychologie | Bedeutung für den Umgang mit Jugendlichen | Sportpädagogik und -didaktik | Jugendkultur - HipHop | Großgeräte / Bewegungslandschaften | Rechtskunde | Vielfalt des Turnens und ihre Turnspiele.

Voraussetzung:

Das Basismodul muss absolviert sein.

- **Termine:** 03.10.24 & 05.-06.10.24 & 12.-20.10.24
tgl. 9 - 18 Uhr
- **Ort:** TH GE Bockmühle
- **Leitung:** Lehrteam GET, I. Weyers
- **Preis:** 740 €, 460 € mit QZ BEMO-Empf. 270 € GET-Mitglieder

aktiv beteiligen oder Lust haben, künftig mitzuarbeiten. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die Teilnehmenden die "Sporthelfer/innen Sportassistent/innen Lizenz".

Diese Ausbildung gilt als **Vorstufe** für die Übungs- und Jugendleiteraus- und wird binnen zwei Jahre als Basismodul anerkannt.

Voraussetzung: Bereitschaft, aktiv mit zu gestalten und an allen Terminen teilzunehmen.

- **Termine:** 07./08.09.24 & 14./15.09.24 & 21./22.09.24
Sa + So: 9 - 18.30 Uhr
Mitarbeit beim Weltkindertag am So, 22.09.24, 8 - 18 Uhr
- **Ort:** TH GE Bockmühle
- **Leitung:** Lehrteam GET, I. Weyers
- **Preis:** 150 €, 85 € mit QZ BEMO-Empf. 45 € GET-Mitglieder

EHRUNGEN AUF DER GET-MV 2024

Auf der GET-Mitgliederversammlung am 18. März 2024 im Haus des Sports, Planckstr. 42 wurden die Sportmeister 2023 und diejenigen, die sich um das Turnen in Essen verdient gemacht haben geehrt.

Die Ehrungen nahmen GET-Geschäftsführer Gerhard Gente und GET-Turnwartin Isabella Weyers vor.

DANKE-PLAKETTE

Mit der höchsten persönlichen Ehrung der Essener Turner, der Danke-Plakette, wurde **Jozsef Kakuk, Cheftrainer KTV Ruhr-West und GET-Referent GTm&w** ausgezeichnet.

RTB-, NRW-, DTB-Cup-/PokalsiegerInnen / MeisterInnen

Gerätturnen

Lionel Sos (TB Altendorf 84)

NRW-Talent-Meisterschaft AK 7

Berkay Sen (TB Altendorf 84)

NRW-AK-Pokal (15-18 Jahre)

Lukas Kluge (Tvg Steele 63)

Qualifikationsturnen für DTB-Cup

Artur Sahakyan (TB Altendorf 84)

Aufstieg in die 1. BL mit Siegerländer KV

GymTeam METROPOLE RUHR

Aufstieg in die 2. BL im ersten Jahr

aus Essen: Berkay Sen (TBA), Lukas Kluge & Pavel Kostyukhin (Tvg Steele 63)

Rhönradturnen

Jonathan Jaeger (SG Heisingen 87)

Deutschland-Cup AK L 15/16

Timon Happe (Kettwiger SV 70/86)

Deutschland-Cup AK L 19-24

Helena Wehmeier (SG Heisingen 87)

Deutsche Jugend-Meisterin

Fabian Beckmann (SG Heisingen 87)

Bundeskader

Lisa Rohde (SG Heisingen 87)

Bundeskader

Celina Schmidtke, Ida Glingener, Lisa Rohde, Tami Süßelbeck (SG Heisingen 87)

D-V-M Meisterschaften 3. Platz

Gymnastik und Tanz

Lia Zickmann (TV Kupferdreh)

Junior-RTB-Cup K7

„Knallrotes Gummiboot“ (TV Kupferdreh)

Junior-RTB-Cup K5 Gruppe

Lea Hück (TV Cronenberg 1887)

RTB-Cup, K 10

Rhythmische Sportgymnastik

Team Rheinland

Aufstieg in die 2. BL im ersten Jahr

aus Essen: Alice Völz & Carina Prymak (ETB SW 1881)

Trampolinturnen

Joris Rührwiem (TB Frintrop 03)

Rheinische Jugend-Meisterschaften

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

1. Lizenzstufe -

PARKOUR! - WER KANN DENN SOWAS?

F 2024-97359:

(8 LE) Parkour - wer kann denn sowas?

Mit dieser Fortbildung soll ÜbungsleiterInnen und TrainerInnen gezeigt werden, wie vielschichtig dieser Sport ist und welche niederschweligen Möglichkeiten Parkour eröffnet, sich in einer wettkampffreien Zone sportlich zu betätigen.

Dieser Schnupperkurs richtet sich an TrainerInnen und ÜbungsleiterInnen, die noch keine oder sehr geringe Erfahrung mit Parkour haben und einen ersten persönlichen Eindruck bekommen wollen, um vielleicht eigene Parkour-Gruppen in Vereinen oder Sozialen Angeboten aufzubauen oder auch einfach Parkour für sich selbst ausprobieren zu wollen.

In der Fortbildung können Techniken und innere Werte von Parkour erfahren und erlebt werden.

- **Termin:** So 09.06.24, 10 - 17 Uhr
- **Ort:** TH Theodor Goldschmidt RS
- **Leitung:** Peter Kickum, Bewegungsschule Kickum
- **Preis:** 95 €
mit QZ BEMO-Empf./GymCard 60 €
GET-Mitglieder 40 €

DRUMS ALIVE®-INSTRUCTOR

„Drums Alive® verspricht absolute Begeisterung und sofortigen Spaß an der Bewegung

F 2024-97312:

(15 LE) Inhalte:

Deine Teilnehmer bekommen bereits in den ersten Minuten ein freudiges Strahlen ins Gesicht | Deine Klienten erfahren Emotionen und vergessen ihre Schmerzen/Probleme | Deine Schüler werden konzentrierter, leistungsfähiger und kreativer | Deine Senioren erlangen schnelleres Reaktionsvermögen und mehr Lebensfreude.

Wir von Drums Alive® sind der Meinung, dass Du ein unterhaltsames, evidenzbasiertes Programm verdienst, das durchgängig lebensverändernde Ergebnisse liefert und die Verbindung zwischen körperlicher, geistiger und sozial-emotionaler Gesundheit herstellt.

Abschluss: Zertifikat Drums Alive®-Instructor. Mit diesem Zertifikat ist der/die TeilnehmerIn berechtigt, Drums Alive® Angebote durchzuführen.

- **Termine:** 29./30.06.24
Sa 10 - 18 | So 9 - 17 Uhr
- **Ort:** TH Theodor Goldschmidt Realschule
- **Leitung:** Alexandra Lauter, DTB
- **Preis:** 250 €
mit QZ BEMO-Empf./GymCard 195 €
GET-Mitglieder 160 €

Fortbildungen - 2. Lizenzstufe

ALLTAGSTRAININGSPROGRAMM (ATP)

SPORT PRO GESUNDHEIT: Einweisungsveranstaltung in das ATP

FQ 2024-35120:

(8 LE) Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT steht für qualitätsgeprüfte, präventive Gesundheitssportangebote in Sportvereinen, die von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden können.

In der Einweisungsveranstaltung stellen wir das AlltagsTrainingsprogramm (ATP) inklusive Dauerangebot „Alltag in Bewegung“ vor und führen in die Theorie und Praxis ein.

Das AlltagsTrainingsprogramm (ATP) wendet sich an Menschen der Altersgruppe 60plus, die inaktiv sind. Sie sollen den Alltag drinnen und draußen als Trainingsmöglichkeit erkennen und ein effektives Mehr an Bewegung in das tägliche Leben einbauen.

Im Mittelpunkt der Schulung steht die Einführung in die verschiedenen Stundensequenzen des ATP. Übungsleitende erhalten umfangreiche Schulungsunterlagen, welche neben den Grundlagen des ATP auch Stundenbilder und Unterrichtsmaterial für die Kursleitung, Unterlagen für die Teilnehmenden sowie Formularvordrucke zur Organisation und Umsetzung des Kurses enthalten. Die ÜbungsleiterInnen der Schulung erhalten auch die Unterlagen für das ATP-Dauerangebot "Alltag in Bewegung".

Nach dieser Einweisungsveranstaltung kann der Übungsleitende das Kursprogramm in der DOSB Serviceplattform beantragen und im Verein durchführen.

Abschluss: Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten die ÜbungsleiterInnen (nur 2. Lizenzstufe "Sport in der Prävention") ein Zertifikat.

Voraussetzung: 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ oder professionelle Ausbildung. **Verlängerung für:** ÜL B sowie TR/ÜL C

- **Termine:** Sa 31.08.24, 10 - 17 Uhr
- **Ort:** TH Theodor Goldschmidt Realschule
- **Leitung:** Anja Martschinke-Rasky, DTB
- **Preis:** 95 €
mit QZ BEMO-Empf./GymCard 60 €
GET-Mitglieder 40 €

ERSTE HILFE BEI SPORTVERLETZUNGEN - GRUNDAUSBILDUNG

F 2023-23175:

(9 LE) Die Grundausbildung (oder Auffrischung) der 1. Hilfe ist Voraussetzung zur Lizenzvergabe im Ausbildungsgang ÜbungsleiterIn C und JugendleiterIn. Diese darf zum Zeitpunkt der Lizenzierung nicht älter als zwei Jahre sein.

Dieser Lehrgang richtet sich an alle angehenden Übungsleiter, die diesen Nachweis benötigen sowie an alle Interessierte, die ihre Erste-Hilfe-Kenntnisse auffrischen möchten.

DTB - KURSLEITERIN

GLEICHGEWICHT UND STABILISATION

FQ 2024-97720:

(15 LE) Inhalte: Vermittlung theoretischer Modelle und Grundlagen für die Bewandnis von Gleichgewicht und Stabilisation | Übungen zur Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten | Stabilisationstraining / segmentale Stabilisation | Hinweise zum Thema Gleichgewicht und Stabilisation im Rahmen des Rückentrainings | Kennenlernen unterschiedlicher Trainingsgeräte entsprechend ihrer Wirkungen und Herausforderungen | Praxisanregungen mit und ohne Geräte | Kurzer medizinischer Einblick in sonstige Gründe für Gleichgewichtsstörungen | Vermittlung der Zusammenhänge vom Fuß als Fundament und Ausgangspunkt für Körperspannung und Gleichgewicht | Übungen für die Fußmuskulatur und optimierte Fußstellung | Einführung in das standardisierte Programm "Gesundheitstraining - Mit Vielseitigkeit zu mehr Kraft und Beweglichkeit".

Abschluss:

Zertifikat „DTB-KursleiterIn Gleichgewicht und Stabilisation“. Zertifikat über die Schulung im standardisierten Kursprogramm "Gesundheitstraining - Mit Vielseitigkeit zu mehr Kraft und Beweglichkeit" (nur für 2. Lizenzstufe "Sport in der Prävention" sowie sportfachliche Ausbildung/Studium).

Voraussetzung: mind. TR/ÜL C oder gleich- bzw. höherwertige berufliche Ausbildung

Verlängerung für:

ÜL B, DTB-Rückentrainer sowie TR/ÜL C

- **Termine:** 28./29.09.24
Sa 9 - 18 | So 9 - 17 Uhr
- **Ort:** TH Theodor Goldschmidt Realschule
- **Leitung:** Antje Hammes, DTB
- **Preis:** 204 €
mit QZ BEMO-Empf./GymCard 169 €
GET-Mitglieder 140 €

Hinweis zum Kürzel QZ BEMO-Empf.:

Qualifizierungszentrum Bottrop, Essen, Mülheim, Oberhausen-Empfehlung

Hinweis:

1. Hilfe Aus- und Fortbildungen werden nicht zur Lizenzverlängerung anerkannt!

- **Termin:** Sa 24.08.24, 8.30 - 16.30 Uhr
- **Ort:** Haus des Sports, Seminarraum
- **Leitung:** Malteser Hilfsdienst e.V.
Lehrteam Essen
- **Preis:** 40 €
mit QZ BEMO-Empf./GymCard 25 €
GET-Mitglieder kostenlos
Stornierungen ab 3 Wochen vor
Lehrgangsbeginn: 40 €

Events

CHARITY-TURN-GALA

„Turner turnen für Turner“

Volle SH Haedenkampstraße bringt 3 1/2 Tausend Euro zugunsten des GymTeam METROPOLE RUHR. Unter diesem Namen haben sich im letzten Jahr Turner aus Bochum, Essen, Mülheim, Witten zusammengeschlossen. Sie starteten als jüngstes Team in der Turn-Bundesliga 3 und sind ohne Niederlage direkt in die 2. Bundesliga aufgestiegen.



Um auf die herausragenden Kunstturner unserer Region aufmerksam zu machen und sie finanziell zu unterstützen, veranstaltete die GET die Charity-TURN-Gala am Sonntag, 18.02.2024 in der SH Haedenkampstraße. Die Einnahmen dieser Benefizveranstaltung kommen den jungen Turnern in voller Höhe als Anschubhilfe für die gestiegenen Kosten in der 2. Liga zu Gute.

Dieser Solidaritätsgedanke - einander unterstützen und helfen - überzeugte auch den Essener Oberbürgermeister Thomas Kufen, der als Schirmherr diese Veranstaltung unterstützte.

Mehr als 400 Zuschauer und über 100 Aktive aus 10 Turnvereinen erlebten eine abwechslungsreiche, stimmungsvolle Turn-Gala. Durch das gut zweieinhalbstündige Programm führte Jannis Darvish von der KunstTurnVereinigung (KTV) Ruhr-West, deren Vorsitzender Prof. Dr. Dirk Reinhardt die Show mit einer Begrüßungsrede eröffnete.

Anfang und Ende der Veranstaltung waren den Akrobatinnen aus der Akrobatikabteilung des TV Bredeney vorbehalten: die Jumping Action Showkids präsentierten „Rockstars“ und die Jumping Action Masters die Choreographie „Circles“, mit welcher sie sich bei der Rheinischen Turnshow im letzten Jahr für

das Bundesfinale „Rendezvous der Besten“ qualifiziert hatten. Turnerinnen vom TB Altendorf zeigten am Hochring und Vertikaltuch was Luftakrobatik so ausmacht und die Gruppe Non Stop vom TV Bochum präsentierte den Mambo Italiano. Die Gymnastinnen vom TV Cronenberg und TV Kupferdreh faszinierten mit Einzelkürren der Rhythmischen Sportgymnastik und die vom ETB S-W schenken dem Publikum „A Million Dreams“ mit ihrer Darbietung aus Gymnastik & Tanz. Mit Paar- und Einzelturnen im Rhönrad setzten die Turnerinnen vom Kettwiger SV 70/86 und der SG Heisingen an diesem Nachmittag weitere TURN-Glanzlichter. Natürlich waren auch die Kunstturner präsent und zeigten Turnen vom Feinsten an den Geräten Balken, Seitpferd, Reck und Ringe. Mit dabei Artur Sahakyan, der Deutsche Vizemeister 2022 an den Ringen und Berkay Sen (beide TB Altendorf), der im gleichen Jahr bei den Deutschen Jugendmeisterschaften am Barren die Silbermedaille gewann. Dass die Gerätturner trotz Höchstleistungen im Spitzensport für jeden Spaß zu haben sind, zeigten sie mit Showeinlagen auf dem Minitrampolin – und vergnügten damit das Publikum.

Begeistert von den musikalisch untermalten Vorführungen und der turnerischen Darbietung auf hohem Niveau feierten die Zuschauer alle Aktiven mit viel Applaus - und wer dabei ein wenig außer Atem kam, der konnte sich in der Pause mit angebotenen Snacks und Getränken stärken.

Am Schluss der Veranstaltung kamen alle Aktiven in der Hallenmitte zusammen. GET-Geschäftsführer Gerhard Gente bedankte sich bei ihnen, dem Publikum und den Mitarbeitern der KTV Ruhr-West; alle gemeinsam haben zu einer tollen TURN-Gala beigetragen.



Volle Halle - wie bei keinem Turnereignis zuvor

Gern geben wir Ihnen weitere Informationen über das „Turnen in Essen“.

Besuchen Sie unsere Geschäftsstelle montags 14 - 16 Uhr, dienstags, mittwochs und donnerstags 9 - 13 Uhr

oder sprechen Sie Ihre Wünsche auf Band.



GET

Haus des Sports · Planckstraße 42 · 45147 Essen
Telefon (0201) 81 46-2 20 · Telefax (0201) 81 46-2 29

www.turnen-in-essen.org
mail@turnen-in-essen.org