

Termine 2. Quartal 2019

02.04. RTZ 5/2019 Redaktionsschluss
05.-07.04. Pre-Olympic-Youth-Cup (POYC) SH Haedenkampstr. & RTB-Pokal 2019 GTw

Zeitplan

Freitag Öffentliches Training ab 16.00 Uhr
Samstag: POYC mit internationaler Beteiligung
AK 12 - AK 15 ab 10.00 Uhr
Sonntag: RTB-POKAL AK 9 - AK 11 ab 08.30 Uhr
RTB-CUP AK 12 - AK 29 ab 17.00 Uhr
Eintrittskarten an der Tageskasse

**06.04. 14.00 h Rheinlandliga GTm (OL) 3. WK TH Mühlenfeld 92-96
KTV Ruhr-West : TV Eintracht Mützenich 1921**

13.-15.04. 13.30 h Kompaktausbildung TH GS Bockmühle
ÜL C/Trainer C/JL Basismodul
16.-18.04. 09.00 h Kompaktausbildung ÜL C Aufbaumodul TH GS Bockmühle
23.-28.04. 09.00 h - Schwerpunkt Kinder und Jugendliche

01.05. RTZ 6/2019 Redaktionsschluss
04.-05.05. 10.00 h Gehirntraining durch Bewegung TH Haus des Sports

**18.05. 14.00 h Rheinlandliga GTm (OL) 4. WK SH Heinrich-Böll GS
KTV Ruhr-West : KTT Oberhausen Oberhausen**

24.05.19 Frühlingsfahrt Ati/Atu siehe letzte Seite
24.-26.05. 17.00 h DTB - KursleiterIn TH Haus des Sports
Sturzprävention/Stufe I

**25.05. 15.00 h Rheinlandliga-Finale GTm siehe letzte Seite
KTV Ruhr-West : 1. FC Spich**

**26.05. 14.00 h NachwuchsBundesLiga DTL SH Haedenkampstr.
NBL West GTm**

01.-02.06. 13.30 h Klein-Kind-Turnen TH GS Bockmühle
03.06. RTZ 7/2019 Redaktionsschluss

**19.-23.06. 4. NRW-Landesturnfest Hamm
Landesspiele Special Olympics NRW**

↑ Rauf und Runter ↓

SEID DABEI!

4. NRW-Landesturnfest Gemeinsam. Besonders. Sportlich.

Gütersloh – Solingen/Remscheid –
Siegen – **und jetzt: HAMM**

Hamm ist die Heimatstadt des WTB und hat schon 5 Landesturnfeste veranstaltet. Immer zur vollsten Zufriedenheit der Teilnehmer und Besucher.

Es lohnt sich immer ein Turn-Fest mitzumachen, mit zu gestalten. Das wird für Hamm 2019 auf jeden Fall zutreffen.

Darauf weist das „Gemeinsam“ im Motto für dieses Landesturnfest hin: mit diesem Turnfest der Turnerbünde RTB und WTB werden auch die „Landesspiele Special Olympics“, dem vom IOC anerkannten Verband für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung veranstaltet. – Nicht nacheinander oder parallel sondern gleichzeitig gemeinsam!

Wer den Meldeschluss zur Teilnahme verpasst hat, muss auf jeden Fall dieses Turnfest als Besucher miterleben!

Und es gibt immer noch die Möglichkeit, in der Landesturnschule des WTB Hamm-Oberwerries vom 20.-22. Juni 19 die Turnfest-Akademie zu besuchen und an einem der 90 Workshops teilzunehmen.

Meldeschluss: 11. Mai 2019

**SEID DABEI!
4. NRW-Landesturnfest
in Hamm 19. – 23. Juni 2019**



<https://www.nrw-turnfest.de>

gege

NBL West GTm - mit den jungen Turnern der KTV Ruhr-West

Aus den beiden Staffeln Ost und West mit je 5 Mannschaften qualifizieren sich über drei Wettkampftage die jeweils besten 3 Mannschaften für das
Finale am 30. November in Ludwigsburg.

2. Wettkampftag: 26. Mai 2019

Sporthalle Haedenkampstraße, 45143 Essen

Einturnen: 13.00 Uhr | WK-Beginn: 14.00 Uhr

Hallenöffnung ab 12.00 Uhr (Cafeteria)

Mehr: www.deutsche-turnliga.de/Liga/Maenner/NWBW/

Ausbildungen

C-Lizenz Kompaktausbildung

BREITENSport - AUFBAUMODUL KINDER UND JUGENDLICHE

- Komplette in den Osterferien!
- Bitte zusammen buchen!



A 2019-91000 Basismodul (30 LE):

Erst nach Absolvierung des Basis- und Aufbau-moduls und dem gültigen Erste-Hilfe-Nachweis (9 LE, nicht älter als zwei Jahre) wird die ÜL C-Lizenz erteilt.

Voraussetzung: Die Teilnehmer müssen mindestens 17 Jahre alt und sporttauglich sein.

A 2019-91300 Aufbaumodul (90 LE):

Zielgruppe sind VereinsmitarbeiterInnen, die Kinder- oder Jugendgruppen sportlich betreuen wollen. Die sportbezogene Kinder- und Jugendarbeit fordert von den ÜbungsleiterInnen spezifisches theoretisches Hintergrundwissen sowie selbstverständlich auch zielgruppenorientierte sportpraktische Inhalte, um Kinder, Jugendliche und Heranwachsende optimal im Sinne einer ganzheitlichen Entwicklungsför-

derung 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.

Basismodul

- **Termine:** 13.-15.04.19
Sa 13.30 - 18.30 | So + Mo 9 - 18.30 Uhr
- **Preis:** 90 € mit VE / 155 € ohne
65 € GET-Mitglieder

Aufbaumodul

- **Termine:** 16.-18.04.19 &
23.-28.04.19 &
täglich 9 - 18 Uhr
- **Preis:** 270 € mit VE / 450 € ohne
190 € GET-Mitglieder

Beide:

- **Ort:** TH GS Bockmühle
- **Leitung:** I. Weyers/S. Melcher, GET

GEHIRNTRAINING DURCH BEWEGUNG

A 2019-95500:

(15 LE) Das menschliche Gehirn überarbeitet sich quasi ein Leben lang selbst. Wir können viel dazu beitragen, dass es sich optimal entwickelt und lange leistungsfähig bleibt. Bewegung ist dabei ein wichtiger Baustein.

Was dem Gehirn Power verleiht, welche Übungen für wen sinnvoll sind – das wird in dieser Ausbildung vermittelt.

Inhalte:

Auswirkungen körperlichen Trainings auf geistige Leistung | Bedeutung von Ausdauertraining für die Hirnleistung | Bedeutung von Koordinationstraining für die Hirnleistung | Grundfunktionen des Gehirns | Grundlagen gezielten Gehirnsstrainings | Bewegte Übungs- und Spielbeispiele | Brainfitness-Circuit | Transfer gehirngerechter Bewegung in den sportlichen Alltag.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder TR/ÜL C oder gleich- bzw. höherwertige berufliche Ausbildung.

Verlängerung für: TR/ÜL C sowie ÜL B

- **Termine:** 04./05.05.19
Sa 10 - 18 | So 9 - 15.15 Uhr
- **Ort:** TH Haus des Sports
- **Leitung:** Dr. Ann Katrin Kurz, DTB
- **Preis:** 160 € mit VE/GymCard (195 €)*
160 € GET-Mitglieder

DTB - KURSLEITERIN STURZPRÄVENTION/STUFE I

A 2019-95502:

(25 LE) Inhalte: Risikofaktoren, Ursachen und Folgen von Stürzen | Stürze verhindern – Bewegung kann das wirklich | Krafttraining zur Verhütung von Stürzen, Hypertrophietraining im Alter | Balance-Training: Übungen; Methoden | Standsicherheits- und Mobilitätstraining | Testung des Sturzrisikos | Multitasking-Training | Kommunikation mit speziellen Zielgruppen (z.B: Personen mit Gehhilfen, Personen mit künstlichem Gelenk) | Alltagsfunktionen trainieren | Einführung in das Kursmanual „Standfest und Stabil“. **Abschluss:** - Zertifikat „DTB-KursleiterIn Sturzprävention, Stufe 1 – ältere Menschen mit moderatem Sturzrisiko“.

- Zertifikat über die Schulung als Kursleiter des standardisierten Programms „Standfest und Stabil“ (nur für Übungsleiter mit 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention“).

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder TR/ÜL C oder gleichwertige berufliche Ausbildung.

Verlängerung für: TR/ÜL C sowie ÜL B

- **Termine:** 24.-26.05.19
Fr 17 - 21 | Sa 9 - 21 | So 9 - 16 Uhr
- **Ort:** TH Haus des Sports
- **Leitung:** Hellmer Wiethoff, DTB
- **Preis:** 202 € mit VE/GymCard (247 €)*
170 € GET-Mitglieder

Fortbildungen

Verlängerung der 1. Lizenzstufe

KLEIN-KIND-TURNEN

F 2019-92008 (15 LE):

1. Schwerpunkt: Eltern-Kind-Turnen

„Fantastisch !!! – Mit Mama und Papa durch die Turnhalle“

Die Eltern-Kind-Turngruppen stellen den ersten Kontakt der Kinder mit dem Sport her. Hier geht es nicht um Turnen an Geräten im eigentlichen Sinn. Im Vordergrund steht eher der Spaß an der Bewegung. Dafür nutzen wir alles, was eine Turnhalle hergibt: Kästen, Bänke, Ringe, Trampolin, Schwebebalken, Bälle, Matten und noch vieles mehr. Gerätelandschaften, die unter einem bestimmten Motto stehen, laden Kinder und ihre Eltern auf eine fantasievolle Reise durch die Turnhalle ein.

Inhalte: Die Teilnehmer lernen, wie man Kinder und ihre Eltern mit viel Spaß und Action gleichzeitig in Bewegung bringt, so dass keine Langeweile aufkommt. - Kinder lernen ihren Körper beim Springen, Klettern oder Balancieren kennen. - Kinder beobachten ihre Eltern in Aktion und „turnen nach“ (so bleiben auch die Mamas und Papas fit!).

2. Schwerpunkt: Kleinkinder-Turnen (3 - 5 Jahre)

„Ich bin schon groß - ich kann das alleine“

Beim Kleinkinderturnen werden die Kindergartenkinder erstmalig ohne Eltern aktiv. Die Bewegungsaufgaben vergrößern die Alltagsmotorik und das eigene Bewegungsrepertoire. Gleichzeitig wird den Kindern Raum für eigene Initiativen geboten, um selbständiges Denken und Handeln zu fördern.

Kinderturnen ist die motorische Grundlagen-ausbildung für unsere Kinder. Wie keine andere Sportart fördert das Kinderturnen vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten und -fähigkeiten. Bewegung ist ein grundlegendes Element der menschlichen Entwicklung und als eines der Grundbedürfnisse unserer Kinder unerlässlich für ihre gesamte Persönlichkeitsentwicklung.

„Spielerisch über die Geräte“ – mit vernünftigen Grundlagen und Methodik des klassischen Turnens den Kindern die Geräte vorstellen und interessant machen. Und dabei das Motto: „Lernen mit Kopf, Herz und Hand“ nicht vergessen! Die motorischen Grundfertigkeiten in den verschiedenen Altersstufen zu Beginn detailliert erläutern und diese dann in den daraufhin folgenden Übungseinheiten verbessern und erweitern.

- **Verlängerung für:** TR/ÜL C
- **Termin:** 01./02.06.19
Sa 13.30 - 17.30 | So 9 - 17.30 Uhr
- **Ort:** TH GS Bockmühle
- **Leitung:** Isabella Weyers, GET
- **Preis:** 75 € mit VE/GymCard (120 €)*
55 € GET-Mitglieder



Alle Lehrgänge detailliert auf der GET - Website <https://www.turnen-in-essen.org/> > Lehrgänge

GET-Mitgliederversammlung 2019

SPORTVEREIN 2030 - EHRUNGEN - VORSTANDSWAHLEN - TURNHALLENSANIERUNG

Die Gemeinschaft Essener Turnvereine kam am Montag, den 11. März 2019 im Haus des Sports zu ihrer jährlich stattfindenden Mitgliederversammlung zusammen.

Nachdem der Vorsitzende der GET Ulrich Gaißmayer die Anwesenden begrüßt hatte, warf Gastredner Florian Klug vom RTB einen Blick in die Zukunft: In seinem Vortrag „Sportverein 2030“ zeigte er Trends, Thesen, Handlungs- und Entwicklungsfelder auf, damit zukunftsorientierte Vereine sich erfolgreich aufstellen können.

Im Anschluss daran nahmen Ulrich Gaißmayer und der Geschäftsführer der GET Gerhard Gente die Ehrungen vor:

Mit der Danke – Plakette, die höchste persönliche Auszeichnung der GET, wurden Hartmut Schlüter (TB Haarzopf 03) und Rainer W. Seck (TB Frintrop 03) geehrt. Für ihre herausragenden Leistungen im vergangenen Jahr erhielten bei der anschließenden Sportmeisterehrung Turnerinnen und Turner eine besondere Anerkennung.

Den Grußworten und Ehrungen folgte der parlamentarische Teil. Neben einem informa-

tiven Austausch standen mit den Vorstandswahlen und der Haushaltslage wichtige Punkte auf dem Tagungsordnungsprogramm.

Auf Empfehlung der Kassenprüfer erhielt der Vorstand Entlastung. Bei den anschließenden Wahlen wurden alle Vorstandsmitglieder einstimmig im Amt bestätigt; weiterhin vakant blieb die Position des Kassenwarts. Auch der vorgestellte Haushaltsvoranschlag 2019 fand mit nur einer Stimmenthaltung breite Zustimmung.

Am Ende der Sitzung wies espo-Geschäftsführer Wolfgang Rohrberg die Anwesenden auf die Informationsgespräche zum Turnhallensanierungsprogramm hin. Mit Mitteln aus Förderprogrammen werden von 2019 bis 2022 in mehreren Blöcken 21 Turn- und Sporthallen umfassend saniert; mit den Renovierungen/Instandsetzungen soll noch in diesem Jahr begonnen werden. Der ESPO hat mit der Stadt vereinbart, dass die jeweils betroffenen Sportvereine zeitnah über Umfang und Zeitpunkt der anstehenden Renovierungen unterrichtet werden.

Sportmeisterehrung

RTB-, NRW-, DTB-PokalsiegerInnen / MeisterInnen 2018

Für ihre herausragenden Leistungen im vergangenen Jahr wurden folgende SportlerInnen geehrt:

Rhönradturnen

Annika Bonin (TV Bredeney 1895)

Tami Süßelbeck, Paula Stennes, Berit Örtel, Rebecca Bein, Yanneck Gabriel, Philipp Remy (SG Heisingen 1887)
NRW-Jugend-MM

Dr. Svea Hüning, Tami Süßelbeck, Yanneck Gabriel, Philipp Remy (SG Heisingen 1887)

Kampfrichter: Claudia Rohde, Andrea Parche, Philipp Remy

WM-Trainerstab: Stefanie Jochem

Erfolgreiche WM-Teilnehmer; u. a. 3 Bronze-Medaillen.



v.l.: Hartmut Schlüter, Ulrich Gaißmayer, Rainer W. Seck, Gerhard Gente

Rhythmische Gymnastik

Lea Hück (TV Cronenberg 1887)

Geräturnen, m

Artur Sahakyan, Berkay Sen (TB Altendorf 84)

Lukas Kluge, Pavel Kostyukhin (Tvg Steele 1863)



v.l.: Yanneck Gabriel, Dr. Svea Hüning, Philipp Remy, Tami Süßelbeck, Stefanie Jochem (Trainerin), Gudrun Immekus-Braß (stellv. Vorsitzende), Gerhard Gente

Vereinsforum

ÜBUNGSLEITERIN DES JAHRES 2019

Miriam Möll vom TuS Altenessen 1919 unter den Kandidaten/innen

Beim Wettbewerb der Rheinischen Turnerjugend (RTJ) „Übungsleiter des Jahres“ werden ÜbungsleiterInnen gesucht, die sich im besonderen Maße für die Kinder/Jugendlichen im Verein engagieren. Diese herausragende Leistung, die meist unbemerkt von der Öffentlichkeit stattfindet, soll gewürdigt werden.

Die Sieger des Wettbewerbs sind auch für den Deutschen Engagementpreis nominiert. Als „Preis der Preise“ stärkt der Deutsche Engagementpreis die Anerkennung von freiwilligem Engagement und würdigt den Einsatz für eine lebenswerte Gesellschaft.

Am 12. März 2019 zeichnete die Rheinische Turnerjugend zum fünften Mal im NRW-Landtag in Düsseldorf drei Übungsleiterinnen und Übungsleiter aus. Unter den Kandidaten/innen war auch Miriam Möll vom TuS Altenessen 1919.

Wir gratulieren herzlich!

VEREIN SUCHT ÜBUNGSLEITERIN

TuS Rüttenscheid sucht ÜL C oder Helfer für Geräturnen Breitensportgruppe (6 - ca. 11 Jahre)

Wann: Montag 17.00-18.30 Uhr
Ort: Hedwighalle

Bei Interesse meldet Euch bitte bei:
TuS Essen-Rüttenscheid 1887 e.V., Maria Carl-Hillebold, Tel.: 01573 - 54 00 060, E-Mail: info@tus-ruettenscheid.de.

MTG Horst sucht TR/ÜL C für „Styles for Kids“ - Tanz zu aktueller Musik mit modernen Choreographien

Wann: Freitag von 18.00-19.30 Uhr (Teilnehmer 9-11 Jahre) und 19.30-21.00 Uhr (Teilnehmer ab 12 Jahre)
Ort: SGZ Raum Freisenbruch, Schultenweg 44 - 45279 Essen

Bei Interesse meldet Euch bitte bei:
MTG Horst 1881 e.V., Abteilung Turnen, Silke Lindken, Email: silke.lindken@mtg-horst.de.

TV Karnap 04 sucht TR/ÜL C für den Bereich Kinderturnen (3-6 Jahre)

Wann: Freitag von 16.30-18.00 Uhr
Ort: Karnap

Bei Interesse meldet Euch bitte bei:
TV Karnap 04 e.V., Anne Zuweis, Telefon: 0201 - 94 64 330, Email: ra.zuweis@nexgo.de.



Informationen detailliert auf der GET - Website <https://www.turnen-in-essen.org/> > Vereine in Essen > Vereinsnachrichten > Verein sucht ÜL

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Events

GET - FERIENSPATZAKTIONEN SOMMER 2019

„Spionage in GRUGA-CITY – hol dir die Lizenz zum Spaß!“

1. Ferienwoche

- Agententraining
- Lizenz zur Grugawanderung mit Verbrecherjagd
- Unter der Lupe der Detektive - seid aufmerksam!
- „kriminelle Energie“ in Spaß umwandeln!

Alter 6-12 Jahre 15.–19.07.2019

„Wir holen Hollywood nach Essen“

5. Ferienwoche

Die einmalige Zirkus-, Gesang- und Schauspiel-Show in den Ferien! Fünf Tage Großes Kino! Die Medienmacht!

- Gruga sucht den Superstar – GSDS The Voice of Gruga
- Besondere Kunststücke des Zirkus Grugalli
- Das Supertalent der GRUGA
- Zeig uns, was du kannst!

Alter 6-12 Jahre 12.–16.08.2019

„In 5 Tagen um die Gruga!“ – eine kleine Weltreise!

4. Ferienwoche

- Andere Länder - andere Spiele!
- Lass uns den Gruga-Park erobern!
- 5 Tage = 5 verschiedene „Kontinente“ in der Gruga
- Zu Land und zu Wasser (Schwimmspaß!)

Seepferdchen Voraussetzung!

Alter 6-12 Jahre 05.–09.08.2019

„Regenbogen – Irgendwo in Nirgendwo!“

6. Ferienwoche

- Mit Vollgas in den Ferienspaß
- Die Elemente der Gruga: Sonne, Sommer, Sand und... Freibad!
- Wiese, Wasser, Luft = Natur pur – Sportliche Woche!
- Aber auch Chillen darf nicht zu kurz kommen!
- Elternfreie Zone

Seepferdchen Voraussetzung!

Alter 6-12 Jahre 19.–23.08.2019

Alle Ferienspatzaktionen finden von Mo - Fr in der Zeit von 9.30-15.30 Uhr im Grugapark Essen statt. TN-Gebühr: 60 €, Geschwisterkinder 55 € (inkl. Parkeintritt). Meldungen werden nach den Osterferien angenommen! Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich!

Inhaltliche Beratung: GET Geschäftsstelle!

POYC 2019 Essen

Jetzt Tickets sichern!
mail@turnen-in-essen.org

Pre-Olympic-Youth-Cup & RTB-Pokal

SA, 6. April 2019 ab 8:30 Uhr
Wettkämpfe AK 12 bis AK 15

SO, 7. April 2019 ab 8:30 Uhr
Wettkämpfe AK 9 bis AK 11

Sporthalle Haedenkampstraße
45143 Essen

www.rtb.de

RTJ **RHEINISCHER TURNERBUND E.V.** **RTB**

Der Rheinische Turnerbund ist ein Landesverband im DTB

unter der Schirmherrschaft von
Thomas Kufner
Oberbürgermeister der Stadt Essen

ATI/ATU - VERANSTALTUNGEN 2019

Frühlingsfahrt

Am 24. Mai 2019 nach Stadtlohn ins Historische Brauhaus.

Sommerfahrt

Rhein-Herne-Kanal Rundfahrt mit der Santa Monika am 07. August 2019.

Herbstfest

Am 03. Oktober 2019 im Saal des Kolpinghauses Altenessen.

Adventsfahrt

Am 06. Dezember 2019 nach Velen ins Restaurant Coesfelder Tor mit anschließendem Besuch des Waldweihnachtsmarktes in Velen.

Infos und Anmeldung: Manfred Schneider, Tel.: 0201-66 24 82

Rheinlandliga-Finale

25. Mai 2019

KTV Ruhr-West : 1. FC Spich

Dreifachhalle Asselbachstraße 40,
53842 Troisdorf - Spich



Einturnen: 13.30 Uhr | WK-Beginn: 15.00 Uhr



Wir freuen uns auf zahlreiche Zuschauer und spannende Wettkämpfe!

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

Besuchen Sie unsere Geschäftsstelle montags 14 - 16 Uhr, dienstags 14 - 18 Uhr mittwochs und donnerstags 9 - 13 Uhr

oder sprechen Sie Ihre Wünsche auf Band.



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