

Ausschreibung

Aktionsbörse Gymwelt 2026

Termin:	Samstag, 14.03.2026, 9:00-16:15 Uhr und Sonntag, 15.03.2026, 9:00-16:15 Uhr
Ort:	Dreifachturnhalle Landau a. d. Isar, Straubinger Str. 29, 94405 Landau a. d. Isar
Lehrgangsleitung:	Angela Saller, Bezirksvorsitzende Niederbayern
Örtliche Leitung:	Lilly Posch
Mindestalter:	16 Jahre
Zul.voraussetzungen:	Vereinsfreigabe 2026
Inhalt:	Fitness, Fitness Aerobic, Kinderturnen, Kindergeräturnen, Tanz, Prävention, Sport für Ältere
UE:	16 UE
Lizenzverlängerung:	ÜL C Allround-Fitness Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic Trainer C Breitensport Geräturnen Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit ÜL C Breitensport, Profil Kinder/Jugendliche, Schwerpunkt: Jugendturnen ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche, Schwerpunkt Kinderturnen ÜL B Breitensport Sport in der Prävention Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit/Sport pro Gesundheit ÜL B Profil Erwachsene/Ältere Schwerpunkt Ältere BLSV ÜL C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere BLSV ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche
Arbeitskreise/ ReferentInnen:	siehe Zeitplan
Meldeschluss:	01.03.2026
Anmeldung:	Einfach und bequem kannst du dich online über das DTB GymNet anmelden. Hinweis: Aus Sicherheitsgründen ist die Anmeldung personengebunden. Jede/-r Teilnehmende muss die Meldung im Meldeportal selbstständig über seinen persönlichen GymNet-Login vornehmen. Alternativ ist auch eine Vereinsmeldung möglich. Vereinsadministratoren können die Meldung stellvertretend für beliebig viele Vereinsmitglieder im Meldeportal vornehmen. Die Anmeldung ist nicht übertragbar. Die Workshop-Plätze sind begrenzt und werden in zeitlicher Reihenfolge der eingehenden Meldungen vergeben. Vorläufige Anmeldebestätigung: Sobald wir deine Anmeldung sowie die Bestätigung deiner Vereinsmitgliedschaft geprüft haben, erhältst du eine vorläufige Meldebestätigung per E-Mail.

Kosten	1 Tag: BTV-Mitgliedsvereine: 50,- € / Sonstige: 75,- € 2 Tage: BTV-Mitgliedsvereine: 70,- € / Sonstige: 105,- €
Bezahlung	Die Teilnahmegebühr wird nach der Veranstaltung per Lastschriftverfahren durch den Veranstalter eingezogen. Hierzu muss dem Veranstalter bei Anmeldung ein SEPA-Lastschriftmandat erteilt werden. Der Kontoinhabende sichert mit Anklicken des entsprechenden Feldes im Meldeportal zu, für die Deckung des Kontos zu sorgen. Kosten, die aufgrund von Nichteinlösung oder Rückbuchung der Lastschrift entstehen, gehen zu Lasten des Kontoinhabenden, solange die Nichteinlösung oder die Rückbuchung nicht durch den Veranstalter verursacht wurde. Die Zahlung der Teilnahmegebühr per Überweisung durch den Teilnehmenden ist nicht möglich. Die Rechnungsanschrift kann bei der Meldung, wenn gewünscht, im Meldeportal individuell (z.B. auf den Vereinsnamen bzw. die Vereinsadresse) angepasst werden. Eine nachträgliche Umschreibung der Rechnungsadresse wird nicht vorgenommen!
Mitgliedercheck:	https://btv.turngau-iller-donau.de/clubs
Stornierung:	Jede Abmeldung muss schriftlich erfolgen. Vor Meldeschluss: Es werden keine Gebühren erhoben. Nach Meldeschluss: Bei Vorliegen eines ärztlichen Attests berechnen wir eine Bearbeitungsgebühr von 20,- €. Bei Nichtantreten oder Abmeldung ohne Attest wird die volle Kursgebühr in Rechnung gestellt.
Versicherungsschutz:	Vereinsangehörige und Lehrkräfte sind im Rahmen ihrer Mitgliedschaft bzw. ihres Dienstverhältnisses versichert. Für Teilnehmende, welche nicht Mitglied bei einem Sportverein des Bayerischen Landes Sportverbandes – BLSV sind, besteht kein Versicherungsschutz.

Zeit ab 08:00 Uhr Ausgabe der Unterlagen im Foyer der Dreifachturnhalle // 08.50 Uhr Eröffnung und Begrüßung, Vorstellung der Referierenden

	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Halle 4	Halle 5
9:00 bis 10:30	AK 1 - All, P, S, FuG	AK 2 - Abgesagt -	AK 3 - K	AK 4 - K, GTB	AK 5 - All, FA
	Renate Lieb	Agnes Graf	Emma Schindele	Daniela Lanzer	Natascha Voß
	Funktional Training mit Flexibar/XCO	Beweglich und fit mit Line-Dance	Rhythmus erleben mit Geräten	Akrobatik im Kinderturnen - Grundlagen	Stepp Aerobic - Herz, Muskeln, Koordination
	Stabilität und Kraftausdauer mit Eigengewicht, Flexibar & XCO.		Rhythmuspaß mit Geräten – einfach spielerisch für alle.	Partnerakrobatik und Pyramiden - Körperspannung und Vertrauen für alle.	Abwechslungsreiches Fitness-training mit Musik für jedes Level.
10:45 bis 12:15	AK 6 - All, P, S, FuG	AK 7 - Abgesagt	AK 8 - K	AK 9 - K, GTB	AK 10 - All, FA
	Renate Lieb	Agnes Graf	Emma Schindele	Daniela Lanzer	Natascha Voß
	Pilates für einen starken Rücken	Line Dance kann so viel mehr!	Fantasiereisen und Körperwahrnehmung	Motorische Grundlagen im Kinderturnen	Dance Aerobic: Schwungvolle Fitness
	Pilates für einen starken Rücken und mehr Beweglichkeit.		Ruhe, Fokus und Körperwahrnehmung für Kinder – spielerisch und entspannt.	Spiele und Geräte fördern Kraft, Ausdauer und Koordination.	Tanz-Choreos für Kraft, Ausdauer und Koordination – für jedes Level.
PAUSE					
13:00 bis 14:30	AK 11 - All, P, S, FuG	AK 12 - All, P, S, FuG	AK 13 - K	AK 14 - K, GTB	AK 15 - All, FA
	Renate Lieb	Anne-Sophie Jasker	Bernadette Peter	Daniela Lanzer	Natascha Voß
	Yoga: Ruhe und Kraft vereint.	Fascientraining pur - beweglich ohne Hilfsmittel	Spielspaß ohne Vorbereitung	Kinderturnen am Boden: Elemente und Praxisideen	Bauch Beine Po - Workout
	Entschleunigung und Kraft im Einklang.	Gezielte Übungen fördern die Beweglichkeit und stärken das Bindegewebe	Spiele ohne aufwändigen Aufbau – sofort spielbar und machen Spaß.	Elemente, methodische Aufbauten und Hilfestellungen am Boden im Kinderturnen	Gezielte Übungen für Bauch, Beine und Po stärken die Muskulatur – für jedes Alter.
14:45 bis 16:15	AK 16 - All, P, S, FuG	AK 17 - All, P, S, FuG	AK 18 - K	AK 19 - K, GTB	AK 20 - All, FA
	Renate Lieb	Anne-Sophie Jasker	Bernadette Peter	Daniela Lanzer	Natascha Voß
	Senioren-Fit	Yoga Music Flow - Vinyasyoga mit Musik	Bewegungsspiele - Mehr als nur Spaß	Normfreies Turnen - Grundlagen & Umsetzung	Stretch & Relax
	Beweglichkeit bis ins hohe Alter – mit Spaß und funktionellen Übungen.	Dynamische Meditation für Körper und Rücken.	Bewegungsspiele fördern Motorik und Konzentration.	Kreative Geräteaufbauten und praxisnahe Ideen.	Mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden.
	Renate Lieb: ÜLin Prävention, ÜLin Kraft und Fitness, Pilatetrainerin, Yoga-Trainerin - Ashtanga/Vinyasa Yoga	Agnes Graf: Masseurin, med. Bademeisterin, Physiotherapeutin, Line-Dance-Lehrerin Anne-Sophie Jasker: Fitnesst-/Wellnesstrainerin,	Emma Schindele: Bernadette Peter: ÜLin Kinder/Jugendliche	Daniela Lanzer: ÜLin C, Schwerpunkt Allround Fitness  Bitte Gymnastikmatten, Steppbretter und, wenn vorhanden, Fascienrollen mitbringen.	Natascha Voß: Fitness-Trainerin, Lehrerin für Fitness,

Zeit 08:00 Uhr Hallenöffnung // 08.30 Uhr Beginn

Dreifachsporthalle	
8:30 bis 11:30	Referentin: Gudrun Lutzenberger-Mayr
	Train you Body - LZV All, P, S, FuG
	Abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Kleingeräten und Elementen aus Aeorbic, Tanz und Kampfsport – für jedes Fitnesslevel.
	Starke und bewegliche Wirbelsäule - LZV All, P, S, FuG
	Gezielte Übungen für eine starke, bewegliche Wirbelsäule durch Kräftigung, Wahrnehmung und Schulung der Sensomotorik.
<i>Pause</i>	
12:15 bis 15:15	Dance-Workout - LZV All, P, S, FuG
	Abwechslungsreiches Dance-Workout mit und ohne Kleingeräte – mit Elementen aus Pilates, Aerobic, Tanz, Kampfsport - als Krafttraining für verbesserte Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination für jedes Level.
	Training mit allen Sinnen - LZV All, P, S, FuG
	Ganzheitliches Bewegungstraining für alle Sinne – mit Wahrnehmungsübungen, Entspannung und bewusstem Atmen. Eine Unterrichtseinheit, beginnend mit dem Warm up und zur ruhigen Abschlussübung mit Konzentration auf die Atmung und Entspannung.
Gudrun Lutzenberger-Mayr staatl. gepr.Gymnastiklehrerin, Rückenschullehrerin, Zumba Instruktoren/Workout,Tanz, Wirbelsäulengymnastik, Pilates Flow, Wassergymnastik	

**Bitte Gymnastikmatten mitbringen.**
Falls vorhanden, bitte auch Togu Brasil, Rubber Bänder, Redondo Bälle und/oder Tubes mitnehmen.
