

## Ausschreibung

# Aktionsbörse Gymwelt 2026

<b>Termin:</b>	Samstag, 14.03.2026, 9:00-16:15 Uhr und Sonntag, 15.03.2026, 9:00-16:15 Uhr
<b>Ort:</b>	Dreifachturnhalle Landau a. d. Isar, Straubinger Str. 29, 94405 Landau a. d. Isar
<b>Lehrgangsleitung:</b>	Angela Saller, Bezirksvorsitzende Niederbayern
<b>Örtliche Leitung:</b>	
<b>Mindestalter:</b>	16 Jahre
<b>Zul.voraussetzungen:</b>	Vereinsfreigabe 2026
<b>Inhalt:</b>	Fitness, Fitness Aerobic, Kinderturnen, Kindergerätturnen, Tanz, Prävention, Sport für Ältere
<b>UE:</b>	16 UE
<b>Lizenzverlängerung:</b>	ÜL C Allround-Fitness Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic Trainer C Breitensport Gerätturnen 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
<b>Arbeitskreise/ ReferentInnen:</b>	siehe Zeitplan
<b>Meldeschluss:</b>	01.03.2026
<b>Anmeldung:</b>	Einfach und bequem kannst du dich online über das DTB GymNet anmelden. <b>Hinweis:</b> 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. <b>Vorläufige Anmeldebestätigung:</b> 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.

	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Halle 4	Halle 5
9:00 bis 10:30	<b>AK 1</b> - All, P, S, FuG  Renate Lieb  <i>Funktional Training mit Flexibar/XCO</i>	<b>AK 2</b> - All, P, S, FuG  Agnes Graf  <i>Beweglich und fit mit Line-Dance</i>	<b>AK 3</b> - K  Emma Schindele  <i>Rhythmus erleben mit Geräten</i>	<b>AK 4</b> - K, GTB  Daniela Lanzer  <i>Akrobatik im Kinderturnen - Grundlagen</i>	<b>AK 5</b> - All, FA  Natascha Voß  <i>Stepp Aerobic - Herz, Muskeln, Koordination</i>
	Stabilität und Kraftausdauer mit Eigengewicht, Flexibar & XCO.	Spaß, Beweglichkeit und Koordination für alle.	Rhythmusspaß mit Geräten – einfach spielerisch für alle.	Partnerakrobatik und Pyramiden - Körperspannung und Vertrauen für alle.	Abwechslungsreiches Fitness-training mit Musik für jedes Level.
	<b>AK 6</b> - All, P, S, FuG  Renate Lieb  <i>Pilates für einen starken Rücken</i>	<b>AK 7</b> - All, P, S, FuG  Agnes Graf  <i>Line Dance kann so viel mehr!</i>	<b>AK 8</b> - K  Emma Schindele  <i>Fantasiereisen und Körperwahrnehmung</i>	<b>AK 9</b> - K, GTB  Daniela Lanzer  <i>Motorische Grundlagen im Kinderturnen</i>	<b>AK 10</b> - All, FA  Natascha Voß  <i>Dance Aerobic: Schwungvolle Fitness</i>
	Pilates für einen starken Rücken und mehr Beweglichkeit.	Geselligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit für alle.	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.
<b>PAUSE</b>					
13:00 bis 14:30	<b>AK 11</b> - All, P, S, FuG  Renate Lieb  <i>Yoga: Ruhe und Kraft vereint.</i>	<b>AK 12</b> - All, P, S, FuG  Anne-Sophie Jasker  <i>Fascientraining pur - beweglich ohne Hilfsmittel</i>	<b>AK 13</b> - K  Bernadette Peter  <i>Spieldspaß ohne Vorbereitung</i>	<b>AK 14</b> - K, GTB  Daniela Lanzer  <i>Kinderturnen am Boden: Elemente und Praxisideen</i>	<b>AK 15</b> - All, FA  Natascha Voß  <i>Bauch Beine Po - Workout</i>
	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.
	<b>AK 16</b> - All, P, S, FuG  Renate Lieb  <i>Senioren-Fit</i>	<b>AK 17</b> - All, P, S, FuG  Anne-Sophie Jasker  <i>Yoga Music Flow - Vinyasyoga mit Musik</i>	<b>AK 18</b> - K  Bernadette Peter  <i>Bewegungsspiele - Mehr als nur Spaß</i>	<b>AK 19</b> - K, GTB  Daniela Lanzer  <i>Normfreies Turnen - Grundlagen &amp; Umsetzung</i>	<b>AK 20</b> - All, FA  Natascha Voß  <i>Stretch &amp; Relax</i>
	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, Pilatestrainerin, Yoga-Trainerin - Ashtanga/Vinyasa Yoga	Agnes Graf: Masseurin, med. Bademeisterin, Physiotherapeutin, Line-Dance-Lehrerin  Anne-Sophie Jasker: Fitness-/Wellnessstrainerin,	Emma Schindele:  Bernadette Peter: ÜLin Kinder/Jugendliche	Daniela Lanzer: ÜLin C, Schwerpunkt Allround Fitness	Natascha Voß: Fitness-Trainerin, Lehrerin für Fitness,   <b>Bitte Gymnastikmatten, Steppbretter und, wenn vorhanden, Fascienrollen mitbringen!</b> !

**GYMWELT Aktionsbörse 2026 Landau an der Isar**  
**Arbeitskreise - Übersicht Sonntag, 15. März 2026**



Zeit 08:00 Uhr Hallenöffnung // 08.30 Uhr Beginn

	<b>Dreifachsporthalle</b>
	Referentin: <b>Gudrun Lutzenberger-Mayr</b>
	<b>Train you Body</b> - LZV All, P, S, FuG
8:30 bis 11:30	Abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Kleingeräten und Elementen aus Aerobic, Tanz und Kampfsport – für jedes Fitnesslevel.
	<b>Starke und bewegliche Wirbelsäule</b> - LZV All, P, S, FuG
	Gezielte Übungen für eine starke, bewegliche Wirbelsäule durch Kräftigung, Wahrnehmung und Schulung der Sensomotorik.
	<b>Pause</b>
	<b>Dance-Workout</b> - 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.
12:15 bis 15:15	<b>Training mit allen Sinnen</b> - 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.
	<b>Gudrun Lutzenberger-Mayr</b> staatl. gepr. Gymnastiklehrerin, Rückenschullehrerin, Zumba Instruktorin/Workout, Tanz, Wirbelsäulgymnastik, Pilates Flow, Wassergymnastik



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

