

36. Breitensport-Aktionstag

Samstag, 26. September 2026

Lg.-Nr.: 268507142004

- Ort:** Sebastian-Kneipp-Halle Dillingen,
Georg-Schmid-Ring 35, 89407 Dillingen
- Termin:** Samstag, 26. September 2026
Beginn 9:00 Uhr, Anmeldung ab 8:30 Uhr
- Lizenzverlängerung:** Anerkennung von bis zu 8 UE für
- Übungsleiter C Breitensport Allround-Fitness
 - BLSV-Übungsleiter C Breitensport Profil
Kinder/Jugendliche und Profil Erwachsene/Ältere
 - Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit
 - Übungsleiter B Breitensport Sport für Ältere (S)
 - Übungsleiter B Breitensport Prävention (P)
 - Trainer C Breitensport Gerätturnen (GTB)
- Bitte beachten: Lizenzen bei denen Abkürzung in Klammer stehen können nur mit gekennzeichneten AK's verlängert werden (siehe Zeitplan auf Seite 2)**
- Anmeldungen:** über DTB-Gymnet (<https://events.dtb-gymnet.de/>) – hier suchen über die Lehrgangsnummer (siehe oben)
Bei Problemen mit der Anmeldung hilft die Regionalgeschäftsstelle Schwaben weiter:
Karin Saul (karin.Saul@btv-turnen.de), Tel. +49 89 54192309
- Ansprechpartner:** Erika Schweizer (erika.schweizer@btv-turnen.de)
- Teilnahmegebühren:** 45,00 € für 8 UE für BTV-Mitgliedsvereine
15,00 € für 2 UE für BTV-Mitgliedsvereine
Für Teilnehmer aus nicht beim BTV angemeldeten Vereinen:
67,50 € für 8 UE; 22,50 € für 2 UE)
Der Rabatt für 8 UE wird erst vor der Abbuchung gewährt!
- Zeitplan und AK's** siehe Anlage
- Verpflegung:** bitte selber mitbringen
- Sonstiges:** Bei zu geringer Teilnehmerzahl eines AK's behält sich der Turngau vor, einzelne Ak's abzusagen. Dies wird im Anschluss an den Meldeschluss auf unserer Homepage unter www.turngau-oberdonau.de bekanntgegeben.
Die Anmeldungen sind verbindlich.
Gymnastikmatten sind zwingend mitzubringen.

Dillingen, im Juli 2026

Erika Schweizer
Stv. Gauvorsitzende
für Bildungsmaßnahmen

www.turngau-oberdonau.de

Jürgen Frey
Gauvorsitzender

Seite 1/2

btv-turnen.de

Breitensport-Aktionstag am Samstag, den **26. September 2026**

Zeit:	Halle 1:	UE	Halle 2:	UE
9:00-10:30	AK 1 – Grundlagentraining Erwärmung im Geräturnen mit Hüpfen und Springen Koordination, Beweglichkeit und Kraft fürs Turnen LZV: GTB Ref.: Katrin Kehl / Barbara Kehl	2	AK 5 – LIIT vs. HIIT - Ein Fortbildungstag mit Intervalltraining für Jung und Alt" In dieser praxisorientierten Fortbildung lernst du die Unterschiede, Gemeinsamkeiten und Einsatzmöglichkeiten von LIIT (Low Intensity Interval Training) und HIIT (High Intensity Interval Training) kennen. Du darfst auf sofort umsetzbare Praxisideen – von gelenkschonenden LIIT-Einheiten für Gesundheits- und Seniorensportgruppen bis hin zu dynamischen HIIT-Workouts für leistungsorientierte Fitnessgruppen gespannt sein, so dass du das moderne Intervalltraining sicher, motivierend und zielgruppengerecht in deine Vereinsarbeit integrieren kannst. LZV: S, P	8
10:40-12:10	AK 2 – Grundlagentraining Schiffchenvariationen Sprung Vom Anlauf bis zur Landung LZV: GTB Ref.: Katrin Kehl / Barbara Kehl	2		
12:40-14:10	AK 3 – Reck Vom Stütz zur Kippe Boden Grundelemente und P-Übungen LZV: GTB Ref.: Katrin Kehl / Barbara Kehl	2		
14:20-15:50	AK 4 – Balken Das „neue“ Balkenkonzept Gymnastische Elemente an Balken und Boden LZV: GTB Ref.: Katrin Kehl / Barbara Kehl	2	Ref.: Dr. phil. Martina Braun DTB-/DOSB-Ausbilderin für den BLSV e.V., BTV e.V., STB e.V. A-Lizenz und B-Lizenz Aerobic und Group Fitness Instructor DFAV e.V.	