

# Aerobicturnen

## 2. Symposium

„Physische Voraussetzungen für die vielfältige Anwendung  
Schwierigkeitselemente schaffen – Elemente schneller  
erlernen & verbessern“ – für Nachwuchsarbeit

## Ausschreibung





Wir freuen uns sehr Dich und Euch auf unserem **2. Symposium** in den Hallen des ATZ Ost begrüßen zu dürfen. Mit unserem gewählten Schwerpunktthema *Durch gezielte physische Vorbereitung die Effektivität des Erlernens und Verbessern von Schwierigkeitselemente steigern* möchten wir Euch einladen dieses wichtige Thema ein Wochenende lang zu vertiefen.

*Euer DTB Ausschuss für Aus- & Fortbildung*





1. Überblick
2. Allgemeiner Zeitplan
3. Anmeldung



# Überblick - Symposium



Termin	13.09. – 14.09.2025
Uhrzeit	Sa. 13.9.25, 11.30 Uhr – So. 14.09.25, 13 Uhr
Ort	ATZ Ost, Turnhalle OSP Halle, 06128 Halle, Manfred-Stern-Straße ;
Veranstaltungsmodus	Präsenzveranstaltung
Umfang	12 LE (für A- & B-Lizenzen anerkannt)
Seminargebühren	100,- EUR für Trainer:innen 25,- EUR für Sportler:innen (Alter gewünscht: age group & Talentkader – sonst bitte auf Anfrage – Gesamtsportlerzahl ca. 20 Kinder)
Teilnahmevoraussetzungen	Trainer A- & B-Fortbildung Empfehlung für Lizenzverlängerung auch für Trainer C wird für LTV gegeben Zzgl. Trainer:innen & Sportler:innen mit Interesse und Erfahrungen im Bereich Level Deutsche Meisterschaft (mit Vorabanfrage) – zzgl. deutschsprachiger Länder
	Das Symposium ist so aufgebaut, dass anhand eigener Sportler in die praktische Umsetzung für alle Themen gegangen wird. Daher ist eine Teilnahme von eigenen Sportlern erwünscht und vom Preis deutliche reduziert. (Level: Deutsche Jugendmeisterschaft bis AK 14 und Talentkader bzw. alternatives Level)

# Überblick - Symposium



Referenten	<p>Barbara Stengl – FIG-TK Mitglied, FIG Coaches Brevet, Fig-Kari 1, A-Lizenz</p> <p>Rainer Schrempf - Diplom-Sportlehrer, Landestrainer Turnen STB 1986 bis 2017, Referent STB-DTB-Symposium, Aus- und Fortbildungen</p> <p>Fachliche Begleitung Ausschuss Aus- und Fortbildung TK-Aerobic: Janka Daubner – FIG Coach Level 3, A-Lizenz</p> <p>Organisatorische Begleitung Ausschuss Aus- und Fortbildung TK-Aerobic: Luzie Günther</p>
Übernachtung	<p>Erfolgt durch jeden Verein/ Teilnehmer:innen selbst.</p> <p>2 buchbare Varianten: TRYP-Hotel &amp; „Ruderhaus“ - direkte Reservierungen bis <b>19. 07. 2025</b> (siehe Anlage im Dokument)</p> <p>Stichwort zum Abrufkontingent „<b>Aero25HAL</b>“ in beiden Übernachtungsmöglichkeiten</p> <p>Meldeschein für Minderjährige oder Teilnehmer/innen unter 27 Jahre (Anlage 2) bei Anreise ausgefüllt mitbringen</p> <p>Evtl. Rückfragen an: <a href="mailto:bianka.hueller@ltv-sachsen-anhalt.de">bianka.hueller@ltv-sachsen-anhalt.de</a> oder per WhatsApp an 0170-8350560</p>
Anmeldung	<p>Die <b>verbindliche Anmeldung</b> erfolgt bitte über Gymnet (ab 26./ 27.5.2025 <b>Anmeldeschluss ist der 25.06.2025</b>) – Namen bitte auch an Janka Daubner senden</p>

# Überblick - Symposium



## Inhalt

*Durch gezielte physische Vorbereitung die Effektivität des Erlernen  
Verbessern von Schwierigkeitselemente steigern – für Nachwuchs*

### **Physische Vorbereitung von Helicopter & High V-support und Elemente aus**

**Trainer & Kampfrichtersicht** (Barbara Stengl/ Rainer Schrempf)

*In dem Teil der Fortbildung steht die physische Vorbereitung von Sportler:innen für dynamische Kraftelemente & Turnelemente im Vordergrund. Es wird über eine Vielfalt von Übungen der Körper unter Bezug biomechanischer Prinzipien für oben genannte Bereiche vorbereitet. Elemente werden dadurch schneller erlernt oder/ und können verbessert werden. Im 2. Teil wird anhand von ausbildungsvideos speziell auf vorbereitende Übungen Helicopter und High V eingegangen und beide Elemente aus Kampfrichtersicht beleuchtet, um beide Sichtweisen effizient als Trainer ins Training zu integrieren*

### **Physische Vorbereitung von Illusion & verschiedenen Drehungen und Elemente aus Trainer & Kampfrichtersicht** (Barbara Stengl/ Janka Daubner)

*Sie oben – auf Illusion & Drehungen angewandt.*

### **Physische Vorbereitung von beidbeinigen Sprüngen mit Drehungen (mit verschiedenen Landungen)** (Barbara Stengl/ Rainer Schrempf)

*Sie oben – auf beidbeinige Sprünge angewandt.*

# Allgemeiner Zeitplan - Samstag



Zeit	Symposium
<b>Samstag</b>	
11.30 bis 13.30 Uhr	Auswirkung spezifische Leistungsvoraussetzungen und Anwendung für Turn-/ Aerobic-elemente Helicopter/ High-V - inkl. Kampfrichterperspektive
	<b>Mittagspause</b>
14.30 bis 17.30 Uhr	Voraussetzungen Beweglichkeit mit Hinblick auf Effizienz zur Elemente-entwicklung Illusion & Drehungen inkl. Kampfperspektive
18-19 Uhr	<b>Pause</b>
<i>18.30 bis 20 Uhr</i>	„Roter Faden“ – theoretische Auflistung nach praktischer Anwendung – ÜBERBLICK Möglichkeiten - Abfrage ob vom Gesamtumfang erwünscht -

# Allgemeiner Zeitplan - Sonntag



Sonntag	Symposium
9 bis 12 Uhr	Voraussetzungen Sprünge mit Hinblick auf Effizienz zur Elementwicklung & ausgewählte beidbeinige Sprünge inkl. Schnelligkeit/ Sprungkraft inkl. Kampfrichterperspektive
Bis 13 Uhr	Frage & Antwort Runde Gemeinsamer Abschluss



# Anmeldung



## Anmeldung

Bitte meldet Euch [bis zum 25.06.2025](#) über GYMNET (ab 26./27.05.25 geöffnet) und noch einmal die Namen an Janka Daubner per Mail oder Nachricht.



Wir stimmen dann alles bezüglich der Sportler ab, da wir erst die genaue Meldung abzuwarten haben. Ihr bekommt zeitnah Antwort.

Vielen Dank.

*Euer DTB Ausschuss für Aus- & Fortbildung*

**Aerobicturnen**  **DTB**   
DEUTSCHER TURNER-BUND



## Übernachtungen in Halle/Saale

Allg. Hinweise: Ab dem Jahr 2025 erhebt die Stadt Halle für alle Übernachtungen eine Beherbergungssteuer, von der aber u. a. Minderjährige Gäste bis zum 27. Lebensjahr, die sich zu Bildungszwecken in Halle aufhalten, befreit sind.

Um dies nutzen zu können, muss bei der Übernachtungsbuchung für den o. a. Personenkreis die Kontaktdaten mit Vorname, Name, Anschrift und Geb.-Datum vorgelegt werden. Dazu ist der angefügte Vordruck (siehe Anlage als extra PDF) ausgefüllt bei der Anreise vorzulegen.

Dann gelten die u. aufgeführten Preise im Tryp Hotel bzw. können die Beträge in Klammern im Ruderhaus gewährt werden.

# Anhang

**Ruderhaus Böllberg:** Anschrift: HRG Ruderhausbetriebs GmbH Zur Rabeninsel 23, 06128 Halle/Saale, Tel. +49 345 4820640, E-Mail: [ruderhausboellberg@t-online.de](mailto:ruderhausboellberg@t-online.de)



## **Übernachtungen:**

im Hotelbereich - 1 EZ und 7 DZ vorhanden Preise: EZ pro Nacht 61,00 € (55,00 €); DZ pro Nacht 95,00 € (92,00 €) - alles incl. Frühstück

im Herbergsbereich – 1 EZ, 1 DZ, ein 7er- und ein 10er-Zimmer vorhanden Preis: pro Nacht 30,00 € (28,00 €) in allen Zimmern – plus (wenn gewünscht) 11,00 € Frühstück

Ferienwohnung für 7 Personen Preis: 38,00 € pro Person und Nacht (35,00 €)- plus (wenn gewünscht) 11,00 € Frühstück o Abendessen (wenn gewünscht) – 11,50 €

**Tryp by Wyndham:** Anschrift: TRYP by Wyndham Halle . Neustädter Passage 5, 06122 Halle/Saale Tel. +49 345 69310, Fax: +49 351 21777 499 E-Mail: [info@tryphalle.com](mailto:info@tryphalle.com)

Ü/F im Einzelzimmer Ü/F im Doppelzimmer 69,00 €/Nacht 43,00 €/Nacht/Person