

Auch dieses Jahr benötigen wir wieder von den lizenzierten Übungsleitern zum Jahresende eine detaillierte Aufstellung der durchgeführten Übungsstunden. Übungsleiterlizenzen, die zum 31. 12. 2014 ablaufen, bitte rechtzeitig verlängern !!

Für Infos zu Übungsleiterausbildungen stehen wir gern zur Verfügung.

Erfolgreiche Sportler/ Sportlerinnen und Mannschaften werden bei der diesjährigen Sportlerehrung der Stadt Bad Saulgau am Dienstag, 04. November im Stadtforum geehrt. Beginn ist um 18.30 Uhr, der Eintritt ist frei. Auf eine breite Unterstützung freuen sich

Martin Blaser - Roland Menz - Gerd Sturm



Nikolausturnen

Nicht vergessen:
Sonntag,
30. November 2014
14:00 Uhr
Sporthalle im Kronried
bitte rechtzeitig vorbereiten !!

Wissenswertes

Funktionelles Zirkeltraining

Zirkeltraining ist eine attraktive Angebotsform, da das Training abwechslungsreich ist, Männer und Frauen anspricht und die verwendeten Geräte nicht für jeden einzelnen Teilnehmer angeschafft werden müssen. Unter dem Motto „Fitnesscenter Turnhalle“ bietet das Funktionelle Zirkeltraining ein sehr modernes Konzept für Vereine.

Das Konzept des Funktionellen Zirkeltrainings basiert auf dem aktuellsten Stand der Wissenschaft. Es vereint funktionelle Kräftigungsübungen, Core-Training und sensomotorisches Training. Neun aufeinander aufbauende Zirkel bieten Spaß und optimales Training für alle. Die Zielgruppe umfasst dabei neben Gesundheits- und Fitnesssportlern auch die aktiven Wettkampfsportler.

Durch Differenzierungsmöglichkeiten an den einzelnen Stationen kann gut auf die individuellen Voraussetzungen der Teilnehmer eingegangen werden.

[Info](#)

Termine

Aus- und Fortbildung

Sport u. Spiel m. Alltagsmaterialien

Termin: Fr 31.10. - So 02.11.

Ort: Albstadt

[Info](#)

Männer-Special "Fitness für Männer"

Ausdauer, Beweglichkeit und Kraft

Termin: Sa 08.11. - So 09.11.

Ort: Bartholomä

[Info](#)

Lehren & Lernen im Sportspiel

Termin: Mo 17.11. - Mi 19.11.

Ort: Albstadt

[Info](#)

Sportmedizinisches Seminar

Starke Muskeln – Starker Körper

Termin: Sa 15.11.

Ort: Stuttgart

[Info](#)

Lizenz Ausbildung ÜL C Breitensport

Termin: Mo 17.11. - Fr 21.11.

Ort: Albstadt

[Info](#)

Interessante links

Verschiedenes

Trainingsequipment für Schulen & Vereine



Wir leben den Sportsgeist

[Info](#)

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung fördert außerschulische Angebote der



kulturellen Bildung für bildungsbenachteiligte Kinder und Jugendliche. Die Angebote werden von lokalen Einrichtungen und Vereinen, die sich in Bündnissen für Bildung zusammenschließen, umgesetzt.

[Info](#)

Sportkreisjugend Sigmaringen Busfahrt zur Therme in Erding

Samstag, 29. November 2014

s. Anlage

Winshape-Belt

Modisches Trainingsgerät statt staubiges Handgerät. Es kann sowohl zu Sport- als auch Alltagsbekleidung getragen und gleichzeitig als effektives Trainingsgerät eingesetzt werden.

In frischem Apfelgrün, knalligem

Rot, himmlischem Türkis, kräftigem Pink

und elegantem Schwarz

[Info](#)

[Trainingsanleitungen](#)



Messen

DIE BESTEN JAHRE

Unzählige Möglichkeiten für ein aktives und erfülltes Leben ab 50. Von Gesundheitsangeboten über Reisen, Mode und ehrenamtliches Engagement.

Termin: Mo 17.11. - Di 18.11.

Ort: Messe Stuttgart

[Info](#)



8. Servicetag SPORT

Die Zukunft hält für Sportvereine Herausforderungen verschiedenster Art bereit. Informationen aus erster Hand.

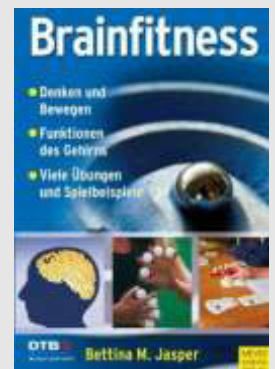
Termin: Do 20.11.

Ort: SpOrt Stuttgart

[Info](#)

Buch

Zusammenhänge zwischen geistiger und körperlicher Fitness. Praktische Beispiele für die Auswirkungen des körperlichen Trainings auf die geistige Leistungsfähigkeit. Eine Vielzahl von Übungs- und Spielbeispielen für die Bewegungspraxis, neue Ideen zum Einbau in die Turn- und Sportpraxis.



[Info](#)

sportkreis sigmaringen jugendleitung

Sportkreis Sigmaringen

Anmeldung bitte per Mail an:

Sportkreisjugend Sigmaringen

Frank Saalmüller

Meßkircherstraße 2/1

72514 Vilsingen

Tel: 07571 / 9299138

Mobil: 0171 / 2608764

FSaalmueller@t-online.de



Liebe Jugendliche aus dem Landkreis!

Nach den tollen Erfolgen vom letzten Jahr möchten wir Euch auch dieses Jahr wieder einladen einen Tag lang in der größten Thermenwelt Europas mal so richtig Spaß und Fun zu erleben. In der Therme in Erding. → www.Therme-Erding.de
(Diese wurde inzwischen auf 26 Rutschen/2500 Rutschen-Meter erweitert.)

Wie bereits in den letzten Jahren werden wir unsere Reise ein wenig später beginnen. Dafür werden wir die Heimreise natürlich ebenfalls ein wenig später antreten, um dadurch die tolle Atmosphäre der „Therme bei Nacht“ noch voll auskosten zu können.

Wir werden uns am Samstag, 29. November 2014 um 06.00 Uhr an der Stadthalle in Sigmaringen treffen, von wo aus wir starten werden. (Zustieg ist natürlich auch in Mengen und Bad Saulgau möglich). Da die Therme in Erding bei München liegt, werden wir voraussichtlich gegen 10.00 Uhr dort eintreffen. Die Heimreise ist für 20.00 Uhr geplant. (Incl. Mac Donalds oder Burger King Stop.)

**Der Betrag von 30 € ist am Tag der Reise mitzubringen und im Bus zu bezahlen.
(Im Preis sind Busfahrt sowie Eintritt enthalten.)**

WAS ABSOLUT WICHTIG IST !!

- Mindestalter 13 Jahre. (Jüngere nur in Begleitung Erwachsener)
- JEDER MUSS EIN GUTER SCHWIMMER SEIN
- Meldeschluss ist der 20. November 2014

Die Sportkreisjugend übernimmt keine Haftung bei Diebstahl, Unfällen oder Sachbeschädigungen.

