

Die Ferien sind zu Ende und mit dem neuen Schuljahr nehmen wir unseren Sportbetrieb wieder auf.

Die TSV INFO-Broschüre soll so schnell wie möglich neu aufgelegt werden. Änderungen bei den Trainingszeiten oder Übungsstunden bitte dringend bis Ende September der Geschäftsstelle mitteilen.

Der diesjährige Breitensporttreff findet am Samstag, 26.09. um 16.30 Uhr im Katholischen Gemeindehaus statt.

Einen guten Start ins neue Schuljahr und viel Erfolg in der neuen Saison wünschen

Martin Blaser - Roland Menz - Gerd Sturm

### Erste-Hilfe-Kurs zusätzl. Übungsleiter u. Helfer



**21. 11. 2015**

8.30-16.30 Uhr

DRK-Heim

Bad Saulgau

Die Kosten für diesen Kurs werden vom TSV und der VBG übernommen.

Anmeldung über die TSV Geschäftsstelle

## Wissenswertes

### Prävention von Sportverletzungen

Wer Sport treibt, lebt gesünder. Der gesundheitliche Effekt ist gemeinhin unbestritten. Unbestritten ist allerdings auch das Risiko, sich bei sportlicher Aktivität zu verletzen. Grundsätzlich kommt also der Prävention von Sportverletzungen somit eine bedeutende Rolle zu.

Will man diesen entgegenwirken, so gilt es grundsätzlich vier übergeordnete Felder der Prävention bei der Auswahl geeigneter Präventivmaßnahmen in Betracht zu ziehen:

- Kräftigung und Stabilisation
- Beweglichkeit und Mobilisation
- Sensomotorisches Training
- Koordinationstraining

Zu den oben genannten 4 Feldern gibt es hier insgesamt 36 Übungen, die mit Videos anschaulich dargestellt werden.

[Info](#)

## Termine

### Aus- und Fortbildung

#### Faszinierend. Bewegungsapparat

**Termin:** Mi 14.10. - Fr 16.10.

**Ort:** Sportschule Albstadt

[Info](#)

#### Richtig Tapen

**Termin:** Sa 24.10.

**Ort:** Sportschule Albstadt

[Info](#)

**Termin:** Sa 28.11.

**Ort:** Sportschule Albstadt

[Info](#)

#### Sport u. Spiel mit Alltagsmaterialien

Ideen von A – Z für die Sportstunde

**Termin:** Fr 30.10. - So 01.11.

**Ort:** Sportschule Albstadt

[Info](#)

#### Fitness-Party - Fit mit Rhythmus und Musik

**Termin:** Fr 27.11. - So 29.11.

**Ort:** Sportschule Albstadt

[Info](#)

## Interessante links

### Kinderturn-Test

#### Kinderturn-Test

Das Schulsportforschungszentrum (FoSS) am Institut für Sport und Sportwissenschaft der Universität Karlsruhe hat einen praktikablen Kinderturn-Test entwickelt. Ziel dieses Tests ist die einfache Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit von drei- bis zehnjährigen Kindern in Verein, Kindergarten und Grundschule.

[Info](#)



### Der Alltagsfitness-Test

Lebenslang fit und selbstständig bleiben

Übungsleitermanual

[Info](#)



### Kinder lieben Bewegung – Kinder brauchen Bewegung

Elementare Bewegungsfertigkeiten

[Info](#)



### Stiftung Sicherheit im Sport

Informationen zur Prävention von Sportunfällen

[Info](#)



### Richtlinien für die Aus- und Fortbildung von Mitarbeitern im Sport

im Bereich des Landessportverbandes Baden-Württemberg e. V.

der Sportorganisationen ist es ein zentrales Anliegen, den ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in den Sportvereinen geeignete Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen zu bieten.

[Info](#)

### Kongresse / Seminare

#### Stuttgarter Sportkongress

**Termin:** Fr 23.10. - So 25.10

**Ort:** SpOrt Stuttgart

[Info](#)



#### Sportmedizinisches Seminar

**Termin:** Sa 14.11. 09.15–16.00 Uhr

**Ort:** SpOrt Stuttgart

[Info](#)

#### JuniorManager

**Termin:** Fr 25.09. - So 27.09.

**Ort:** Sportschule Albstadt

[Info](#)

### FamilienSport-Guide

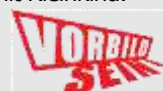
Der Familiensport-Guide erleichtert die Suche zum Sporttreiben. Ob es um Spiele für einen Familientag geht, um einen gemeinsamen Vereinssport für Tochter und Sohn oder um ein Bewegungsangebot für Eltern mit Kleinkind.

[Info](#)

### VORBILD SEIN!

Mit der Kampagne wendet sich die WSJ an all die Menschen in Sportvereinen in Baden-Württemberg, die Kinder und Jugendliche betreuen, sie trainieren oder in sonstiger Art und Weise unterstützen und mit ihnen arbeiten.

Botschafter: Daniel Schwarz



[Info](#)