

Die Sportabzeichen-Saison beginnt wieder. Die genauen Zeiten können der Tagespresse entnommen werden. Informationen über die Wettbewerbe gibt es über die Internet-Adresse des Sportabzeichen-Wettbewerbs. Die Sportabzeichen-Tour 2016 macht am Donnerstag, 16. Juni Station in Ravensburg.

Alle Übungsleiter rufen wir wieder auf, die Teilnehmer der Sportgruppen und Abteilungen auf die TSV-Mitgliedschaft zu prüfen und entsprechend Beitrittsformulare auszuhändigen.

Wir bauen auf Ihre / eure Unterstützung

Martin Blaser - Roland Menz - Gerd Sturm



DEUTSCHES SPORTABZEICHEN

Eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsportes, als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit.

[Anforderungen 2016](#)

Wissenswertes

Brustmuskel - Übungsband

Brustmuskeltraining hat viele Facetten. Generell trainiert man die Brustmuskeln am besten durch ziehende und drückende Bewegungsabläufe. Hierzu kann an einer Hantelbank trainiert werden; ebenso bieten sich auch Klimmzüge und Liegestütze an, die jedoch aufgrund des eigenen zu stemmenden/ziehenden Körpergewichtes nicht unterschätzt werden dürfen. Ein etwas "leichteres" Training kann mit einem Übungsband absolviert werden.

[Info](#)

Der DTB-Muskelkatalog beinhaltet die wichtigsten Informationen über rund 50 Muskeln. Die übersichtliche und leicht verständliche Darstellung der Muskulatur macht diese Broschüre zum perfekten Lern- und Nachschlagewerk für alle Übungsleiter/innen und Trainer/innen.

[Info](#)



Termine

Aus- und Fortbildung

Richtig Tapen

Ort: Sportschule Ruit
Termin: Sa 11.06.

[Info](#)

Gesundheitssport: Die Mischung macht's!

Ort: Sportschule Albstadt
Termin: Mo 13.06. - Di 14.06.2016

[Info](#)

Step mit Pep - Tipps und Tricks für die Fitnessstunde mit dem Step

Ort: Sportschule Albstadt
Termin: Fr 24.06. - So 26.06.2016

[Info](#)

Tai Chi... Bewegung als Erlebnis

Ort: Sportschule Albstadt
Termin: Fr 01.07. - So 03.07.2016

[Info](#)

Junior-Assistent

Ort: Sportschule Albstadt
Termin: Fr 22.07. - So 24.07.2016

[Info](#)

Interessante links

Angebote

DTB-Instructor/in HipHop-Dance

Basismodul - Aufbaumodul

[Info](#)



Stuttgarter Kinder- und Jugendfestival

2. und 3. Juli 2016
auf über 80.000 qm
Aktionsfläche

[Info](#)



Stuttgart City Fit & Fun

Broschüre:

„Leitfaden Sport und Gesundheit“

Anregungen, Tipps und Hilfen im Handlungsfeld Sport und Gesundheit

[Info](#)



Team-Workouts

Auspornen in der Gruppe –

Team-Workouts sind eine sehr beliebte Form des Workouts in Formaten wie dem 4XF Cross-Training oder dem 4XF Outdoor FitCamp. Während ein Teammitglied die Übung durchführt, haben die anderen beiden Pause.

Die Mannschaften können frei entscheiden, wann sie innerhalb einer Übung wechseln und ein anderes Mannschaftsmitglied die Übung fortsetzt.

[Info](#)



Kongress

"Fit und Bewegt ins Alter" 2016

Ort: Sportschule Steinbach
Termin: Sa 02.07. - So 03.07. '16

[Info](#)



Fachtagung Kinderturnen

Fit von Anfang an

Über 50 Workshops!!
Ort: Landesturnschule Oberwerris

Termin: Sa 02.07. - So 03.07.2016

[Info](#)



Bildungszeitgesetz

WLSB als Bildungsträger anerkannt

Seit 21. März ist der WLSB als Bildungsträger im Sinne des Bildungszeitgesetzes offiziell anerkannt. Damit können im Sportverein ehrenamtlich Tätige, zum Beispiel Betreuer, Trainer, Übungsleiter, Jugendleiter und Vereinsmanager, für Aus- und Fortbildungen des WLSB ab sofort bis zu fünf Tage bezahlten Sonderurlaub im Jahr bei ihrem Arbeitgeber beantragen. Der benötigte Antrag kann unter www.bildungszeit-bw.de heruntergeladen werden. Auf dieser Seite findet sich außerdem eine Liste aller anerkannten Bildungsträger sowie weitere Informationen rund um das Bildungszeitgesetz.

[Info](#)