

Landessportbund Hessen

Isb h, Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt
Telefon: 0 69 / 67 89-0

Hessischer Turnverband

Otto-Fleck-Schneise 8, 60528 Frankfurt
Telefon: 0 69 / 6 77 37 72-0
eMail: info@htv-online.de

Sportkreis 34 Dieburg

Heinz Zulauf
Rathausgasse 13, 64853 Otzberg
Telefon: 0 61 62 / 7 35 23
fam.zulauf@t-online.de

Sportkreis 35 Odenwald e.V.

Klaus-Dieter Neumann
Am hohen Rain 16, 64720 Michelstadt
Tel.: 06061/3016
Klaus-Dieter.Neumann@t-online.de

Turngau Odenwald e.V.

Ludwig Heist
Marktplatz 1a, 64385 Reichelsheim
Tel. (Geschäftsstelle): 0 61 62 / 83 05 95
E-Mail: geschaeftsstelle@turngau-odenwald.de

Landkreis Darmstadt-Dieburg

Landratsamt, Postfach 100 153, 64295 Darmstadt
Telefon: 0 61 51 / 881-0

Odenwaldkreis

Landratsamt, Postfach 1351, 64711 Erbach
Servicestelle Sportkreis 35 Odenwald (P. Jentner)
Telefon 0 60 62 / 7 01 27

7. Tag des Gesundheitssports

Rhythmik und Tanz für Erwachsene – sportartübergreifend –

Die Rhythmik ist ein pädagogisches Prinzip, das durch Musik, Bewegung und Sprache zu ganzheitlichem Lernen führt. Die Sensibilisierung der Sinne, das Entwickeln kreativer Fähigkeiten und das soziale Lernen sind die Zielsetzungen der Rhythmik.

Rhythmen und Taktarten, Lieder und Sprüche, Bewegungsbegleitung und Motivationsimpulse, überraschende Materialien und klangvolle Instrumente ... ein musikalisch bewegter Seminartag erwartet uns alle!

Z.B. entdecken wir unterschiedliche Raumklänge mit farbigen Bambusschlägeln in unterschiedlichem Tempo, erleben anregende Trommelspiele, die in einen Sprechvers münden, der in Kleingruppen auf Instrumente übertragen wird. Aus diesem Thema entsteht ein Tanz, der zu Folkloremusik getanzt und gesungen wird und abschließend wird der Tanz im Original einstudiert. Zu diesen Praxiseinheiten erhalten Sie Informationen zur Methodik der Rhythmik.

In den Nachmittageinheiten geht es mehr um den Tanz:

- Gesellschaftstänze: Tänze für Gruppen, zum Kennenlernen und „zwischendurch“ (auch modernere Tänze, z. B. Lemontree)
- Volkstänze zu schönen Melodien aus verschiedenen Ländern
- Line Dance
- Kreativer Tanz: Entwickeln eines eigenen Tanzes in Kleingruppen

Referentinnen: Iris Puchtler und Edith Auer
Infos hierzu unter: www.ag-rhythmik-hessen.de

- Termin:** 28.04.2012, 9.00 – 16.30 Uhr
8 UE zur Lizenzverlängerung anerkannt
- Ort:** Sporthalle der Grundschule, Höchst, Pestalozzistraße
- Zielgruppe:** ÜL, Trainer, Betreuer, Interessierte
- Gebühr:** 40,- Euro inklusive Mittagessen
Zahlung (gleichzeitig mit der Anm.) per Überweisung an:
Bankverbindung: Sparkasse Dieburg
BLZ: 508 526 51; Konto-Nr: 002 518 850 9
Kontoinhaber: Heinz Zulauf, Sportkreis 34 Dieburg
Verwendungszweck: „Gesundheitssport 28.04.2012“
Angabe: Name, Vorname und Verein
- Anmeldung:** bis spätestens 23.04.2012
schriftlich per Email (oder per Post)
Sportkreis Dieburg Christiane Gräf
Email: graf.christiane@t-online.de
Am Mühlgraben 2, 64832 Babenhausen
Telefon 06073-5844

Lehrgänge Veranstaltungen 2012



Turngau Odenwald e.V.



Sportkreis Dieburg



Sportkreis Odenwald e.V.

HTV- Lehrgänge:

2. Lizenzstufe (ÜL – B): Sport in der Prävention
21./22.4. + 12./13.5. 2012 Aufbaukurs Gesundheitstraining:
Entspannung und Stressabbau
13./ 14.10. + 10./11.11. 2012 Aufbaukurs Gesundheitstraining:
Herz- Kreislaufsystem

ÜL-Assistentenausbildung im Turngau

Regina Basel

- 21.01.2012 Heubach, Einführung
04.02.2012 Münster
10.03.2012 Dieburg
21.04.2012 Lengfeld
12.05.2012 Hetzbach
02.06.2012 Semd, Abschluss

Turngau – Fachlehrgänge/Aktionen

- 22.04.2012 Frühjahrswandertag, Niedernhausen
28.04.2012. Tag des Gesundheitssports, Höchst
23.06.2012. Rückenfit für Kinder, Sensbachtal
Lehrgang ist mit 8LE zur Lizenzverl. beantragt
25.08.2012 Nordic - Walking für Senioren, Babenhausen
06.10.2012 Turngeräte im Gesundheitssport, Zeilhard
Lehrgang ist mit 8LE zur Lizenzverl. beantragt
Herbstwandertag n. n.
10.11.2012 60 Plus Nachmittag, Reinheim

Turngau Workshops 2012 (je 1,5 Stunden)

- 06.03.2012 Kindliche Bewegungsspiele zur Konfliktlösung,
Habitzheim
21.05.2012 Slackline, Lengfeld
27.08.2012 Beckenbodengymnastik, Groß Zimmern

Ursula Kohl

Leisbühl 5, 64807 Dieburg, Tel. 0 60 71 / 53 11
E-Mail: ursulakohl@web.de

Alice Sauer

Reitbahnstr. 20, 64832 Babenhausen, Tel. 0 60 73 / 6 31 81
E-Mail: alicesauer52@yahoo.de

Regina Basel

Oberhöchster Str. 43, 63749 Höchst, Tel. 0 61 63 / 8 29 78 47
E-Mail: ja-basel@t-online.de

Reinhold Wörner

Wolfsbuckel 34, 64743 Beerfelden, Tel. 0 60 68 / 24 52

Sportkreisjugend

- 28.02.2012 Elternarbeit im Sportverein 10.00–17.00 Uhr,
Erbach
April/Mai Parcour-Angebot in der Sporthalle
10.00–17.00 Uhr, Kirch-Brombach
Oktober Bewegungshits für Kids
10.00–17.00 Uhr, Kirch-Brombach
Anmeldung: Dagmar Emig-Mally
Ahlertsweg 3, 64753 Brombachtal
Tel. 06063/4644, Mail: dagmar@emig-mally.web.de

Erwachsene und Ältere

- 28.01.2012 Fröhlich und beschwingt ins Neue Jahr
10.00–17.00 Uhr, Michelstadt-Steinbach
11.02.2012 „Neue Rückenschule“ / Einf. SM-System
10.00–17.00 Uhr, Bad König-Momart
03.03.2012 Selbstregulation mit Qigong
10.00–17.00 Uhr, Bad König-Momart
24.03.2012 Core-Training, GAZ Reichelsheim
10.00–17.00 Uhr
29.09.2012 Body and Mind, Michelstadt-Steinbach
10.00–17.00 Uhr
10.11.2012 Pilates kreativ, Bad König-Momart
10.00–17.00 Uhr

Überfachliches Sportkreisangebot für Gruppen, Interessierte

- 27.06.2012 4. Sportkreis-Nordic-Walking-Zielzonenlauf
Bad König-Momart
Anmeldung: Karina Reichert
Hohe Straße, 64732 Bad König
Tel. 06063/503869, Mail: karina35uel@yahoo.de

Infos und Christel Zill

Anmeldung: Hauswiesenweg 5, 64732 Bad König
Tel. 06063-4332, E-Mail: zill-momart@gmx.de

Sportkreisjugend

Informationen über das Programm der Sportkreisjugend bei:
Kreisjugendwart **Rainer Gurke**
Uferstraße 1, 64830 Roßdorf
Telefon: 0 61 54 / 5 77 40 31
Kreisjugendwartin **Andrea Zemke**
Zollstockweg 35, 64823 Groß-Umstadt
Telefon: 0 60 78 / 9 18 01 23

Erwachsene

- 24.03.2012 **Spaß an der Bewegung:** Von kleinen Eis-
bären, einer Vogelhochzeit und bunten Luftbal-
lons ... 9.00–16.00 Uhr, Otzberg-Lengfeld
Referentinnen Margot Zulauf, Iris Emich
22.09.2012 **Spaß an der Bewegung:** Im Hemper-Pemper-
Land, auf der Zauberwiese und beim Farben-
fest, 9.00–16.00 Uhr, Otzberg-Lengfeld
Referentinnen Margot Zulauf, Iris Emich
Margot Zulauf

Frauen im Sportkreis 34 Dieburg

- April/Mai 2. Frauenfrühstück im Vereinsheim des
BC Babenhausen, Gesundheit-Management-
Bewegung
Sept./Okt. Einführung in die Fußreflexzonen-
Entspannungsmassage in Münster
Christiane Gräf

Erwachsene und Ältere

- 31.03.2012 Aktionstag 60 Plus, 14.30–17.00 Uhr, Schloss-
gartenhalle, Schwimmbadweg 3, Dieburg

Kornelia Omet

Ziegelhüttenstr. 36a, 64832 Babenhausen, Tel: 06073-2616,
e-Mail: kornelia.omet@t-online.de

Christiane Gräf

Am Mühlgraben 2, 64832 Babenhausen, Tel. 06073-5844
e-Mail: graef.christiane@t-online.de

Margot Zulauf

Rathausgasse 13, 64853 Otzberg, Telefon: 0 61 62 / 7 35 23
fam.zulauf@t-online.de