

Magazin

Foto: Pixabay © Gerd Altmann

RhTB 
RHEINHESSEISCHER TURNERBUND

Rheinhesse*turnt*

Ausgabe 05/2020

SPORT-THIEME®

Schulsport · Vereinssport · Fitness · Therapie

Hir sind Ihr Team!

Partner des

RhTB
RHEINISCHER TURNERBUND



SCHULSPORT · VEREINSSPORT · FITNESS · THERAPIE

Sport-Thieme ist seit **mehr als 70 Jahren** in Deutschlands Sportstätten zu Hause. Mittlerweile profitieren Sport-Thieme Kunden europaweit von dem **umfangreichen Qualitätsangebot**.

In unserem Katalog und Online-Shop bieten wir über **16.500 Artikel** an. Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen mit **100 Tagen Rückgaberecht** und mindestens **3 Jahren Garantie!**



sport-thieme.de
Tel. 05357 18186

0320603

Hir sind Ihr Team!



Inhalt

Oktober 2020

- **4 | Der RhTB startet regional durch!**
Mit dem turnTREFF Rheinhessturnt
- **6 | Corona-News**
Aktuelle Empfehlungen für den Sportbetrieb
- **8 | Im Porträt:**
Mia Peters
- **10 | RhTB-Digitalisierungspaket**
RhTB-Informationsreihe „Zukunft“
- **12 | AKTIV 2021**
Das RhTB-Jahresprogramm ist online!
- **13 | Eine Stadt. Eine Schule. Quartiersteam!**
Internationales Deutsches Turnfest Leipzig 2021
- **14 | Rufe deine Leistungsfähigkeit im Alter ab**
Die RhTB-Bewegungsbroschüre für Ältere
- **15 | Stammtisch „DIGITAL“**
Regionalliga Inklusion
- **15 | Inklusion geht uns alle an!**
Kinderturnen inklusiv
- **16 | Mit Abstand die schönsten Bewegungsspiele**
Tipps vom Kinderturnen
- **19 | Dieses Jahr ist alles anders...**
Mit dem Kinderturntanz zum „Tag des Kinderturnens“
- **20 | It's time to #BeActive again!**
Die RhTB-#BeActiveNight
- **22 | 2020 ist für alle ein „besonderes Jahr“**
Verbandstermine des RhTB ab Oktober 2020

Rheinhessturnt

3. Jahrgang
Verbandsmagazin des
Rheinhesstischen Turnbundes e.V.

Herausgeber:

Rheinhesstischer Turnbund e.V. (RhTB)
Jahnstraße 4, 55124 Mainz

Redaktion:

Carina Partenheimer (RhTB)
Tel.: 06131/9417-19, Fax: 06131/9417-17
E-Mail: partenheimer@rhtb.de

Gestaltung/Layout: Carina Partenheimer,
Rheinhesstischer Turnbund e.V.

Anzeigenkoordination:

Veranstaltungen, Ausschreibungen, Ange-
bote für Vereine:

Carina Partenheimer, Tel.: 06131/9417-19, E-
Mail: partenheimer@rhtb.de

Gültig ist zurzeit die Anzeigenpreisliste
Januar 2018.

Druck:

Leo Druck GmbH
Robert-Koch-Str. 6, 78333 Stockach

Erscheinungsweise:

Zweimonatlich in der Mitte jedes ungera-
den Monats. Bei Nichtbelieferung infolge
höherer Gewalt keine Ersatzansprüche.

Bezugspreis:

Jährlich 17,50 Euro (inkl. Versand, Aus-
landspreis auf Anfrage) für 6 Ausgaben.
Für Mitgliedsvereine des Rheinhesstischen
Turnbundes e.V. ist der Bezugspreis eines

Exemplars im Mitgliedsbeitrag enthalten.
Bestellungen für kostenpflichtige Abon-
nements beim RhTB, Tel.: 06131/9417-0,
E-Mail: info@rhtb.de

Urheberrechtlicher Hinweis:

Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen
einzelnen Beiträge sind urheberrechtlich
geschützt. Mit Namen gekennzeichnete
Artikel geben nicht unbedingt die Mei-
nung der Redaktion wieder.

Literaturhinweis Bericht S. 8-10

Bieligk, Michael: Das große Limpert-
Buch des Erlebnissports: Bewegungs-
abenteuer für drinnen und drau-
ßen. Wiebelsheim: Limpert, 2013.
Bechheim, Yvonne: Erfolgreiche Koope-
rationsspiele: soziales Lernen durch Spiel
und Sport. Wiebelsheim: Limpert, 2013.



Foto: pixabay © Gerd Altmann

Der RhTB startet regional durch

Mit dem **turn.TREFF**
Rheinessen

Vernetzen, voneinander lernen, miteinander gestalten und austauschen – das sind die Leitgedanken des turn**TREFF** Rheinessen, der mit einer digitalen KICK OFF-Veranstaltung Ende August ins Leben gerufen wurde. „Wenn wir und unsere Vereine voneinander lernen, wenn wir unsere Kompetenzen austauschen und dort, wo es möglich ist, Ressourcen teilen, können wir zukünftige Aufgaben viel besser und effizienter lösen“, beschreibt Lena Kessel, Vereinsberaterin des RhTB und Mit-Gründerin des turn**TREFF** Rheinessen den Sinn und Zweck dieses neuen Formats.

Der erste Schritt: Der KICK OFF DIGITAL

Den ersten Schritt machte das RhTB-Team mit der bereits erwähnten KICK OFF-Veranstaltung am 27. August

2020, die digital stattfand.

An diesem Abend konnten sich Interessierte aus den RhTB-Vereinen bequem von Zuhause aus in die Auftaktveranstaltung einwählen und live dabei sein. „Ganz gleich, ob Vereinsvorstand, Übungsleiterin, Abteilungsleiter oder Vereinsmitglied – jede und jeder war herzlich willkommen“, beschreibt RhTB-Mitarbeiterin Jenny Hähn, die gemeinsam mit Lena Kessel das Projekt betreut, den gewünschten Teilnehmerkreis.

Die Vertreter*innen aus 16 RhTB-Vereinen, die der Einladung zur Auftaktveranstaltung turn**TREFF** Rheinessen gefolgt waren, hatten verschiedenste Gründe, warum sie sich an diesem Abend eingewählt hatten. Etwas mit auf den Weg bekommen haben, dürften dabei alle. Denn Zusammenarbeit,

gemeinsames Lernen, Kontakte knüpfen, Ideen zur innovativen Gestaltung der Vereinsarbeit entwickeln sowie Ressourcen teilen sind angesichts oft stagnierender Mitgliederzahlen, zurückgehender Verantwortungsträger und Fördermittel eigentlich das Gebot der Stunde im Vereinsbereich.

Welche Ziele verfolgt der RhTB mit der Etablierung **turn.TREFF** Rheinessen?

Auf den Punkt gebracht, soll der neu ins Leben gerufene turn**TREFF**, der in regelmäßigen Abständen stattfindet, Folgendes schaffen:

- eine bessere Vernetzung untereinander, um zusammen Hürden zu meistern (**Netzwerk**)
- gemeinsames Vorankommen der Vereine und des RhTB (**Vereine**)
- einen regelmäßigen Erfahrungs-



austausch, das Mitnutzen des Know-hows anderer, das Einbringen eigener Kompetenzen, das Kennenlernen neuer Sichtweisen, Blickwinkel und Ideen (**Austausch**)

- eine Vernetzung der Vereine innerhalb ihrer Regionen, da sich jede Region mit unterschiedlichen Herausforderungen beschäftigt (**Regional**)
- Vorantreiben der Digitalisierung in den Vereinen (**Digital**)
- gemeinsam die Zukunft aktiv gestalten (**Zukunft**)

So geht es weiter

Je besser es gelingt, bisher passive Netzwerke zu aktivieren und zu einer Zusammenarbeit zu bewegen, desto mehr kann man erreichen. „Verbinden sich unsere Vereine zu einem regionalen Netzwerk, kann auf lokaler Ebene viel mehr umgesetzt werden, als wenn sich ein Verein auf sein eigenes, vergleichsweise kleines, Netzwerk konzentriert“, betont RhTB-Vereinsberaterin Lena Kessel.

Genau an dieser Philosophie knüpft der weitere Weg des **turn**TREFF Rhein-

essen an. „Wir werden unsere Vereine ab sofort regelmäßig zum Austausch und zum gemeinsamen Zusammenarbeiten einladen“, erläutert Jenny Hähn die weitere Vorgehensweise.

Damit die regionalen Gegebenheiten und Strukturen in der weiteren Vorgehensweise Berücksichtigung finden, wird es einen **turn**TREFF für die Vereine aus den Regionen Alzey und Worms und einen **turn**TREFF für die Vereine aus den Regionen Mainz und Bingen geben. Teilnehmen können wieder – wie auch bei der Auftaktveranstaltung – alle Vereinsfunktionäre unabhängig von deren Funktion im Verein.

Die Termine

Auch die Termine stehen bereits fest. So lädt der RhTB

- alle Vereine der Regionen Alzey und Worms zum **turn**TREFF am **26.10.2020**
- und alle Vereine der Regionen Mainz und Bingen zum **turn**TREFF am **28.10.2020**

ein.

Hauptthema

In beiden **turn**TREFF-Veranstaltungen werden den Vereinen unter anderem die Leistungen des RhTB für seine Mitgliedsvereine aufgezeigt. Darüber hinaus hat jeder Verein selbstverständlich die Möglichkeit, aus seiner Sicht wichtige Vereinsthemen anzusprechen und zu präsentieren.

Digitales Treffen mit Zugangslink

Die **turn**TREFFs werden immer digital stattfinden. Das heißt, unmittelbar vor den jeweiligen Veranstaltungstermin wird ein Zugangslink auf der RhTB-Homepage veröffentlicht und in den sozialen Netzwerken kommuniziert, damit jeder, der möchte, bequem von jedem Ort aus an dem jeweiligen **turn**TREFF teilnehmen kann.

Die RhTB-Ansprechpartnerinnen:



Jenny Hähn

RhTB-Vereinsberaterin
Telefon: 06131/9417-13
E-Mail: haehn@rhtb.de



Lena Kessel

RhTB-Vereinsberaterin
Telefon: 06131/9417-18
E-Mail: kessel@rhtb.de



Corona-News

Aktuelle Empfehlungen für den Sportbetrieb

Unter Berücksichtigung der elften Corona-Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz (11. CoBeLVO) und den Empfehlungen des RKI, spricht der Rhein Hessische Turnerbund e.V. Empfehlungen für den Sportbetrieb aus.

Diese Empfehlungen werden nachfolgend vorgestellt und stellen eine Ergänzung zu der aktuellen Corona-Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz dar.

Die vollständig geltenden Vorgaben inkl. Literaturangaben können unter www.rhtb.de eingesehen und heruntergeladen werden.

Generell gilt:

- Für die Einhaltung der Regelungen ist eine beauftragte Person vor Ort zu benennen (RLP-HK).
- Personen, die nicht zur Einhaltung dieser geltenden Vorgaben bereit sind, ist im Rahmen des Hausrechts

der Zutritt oder Aufenthalt zu verhindern (RLP-HK).

- Für die Sportausübung wurden sportartspezifische Festlegungen seitens des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) und

seiner Spitzenverbände auf Basis der Maßnahmen nach dem Infektionsschutz definiert, die entsprechend zu beachten sind, sofern diese einschränkende Regelungen beinhalten (RLP-HK).

Die RhTB-Empfehlungen (ergänzend zu den allgemein gültigen Verhaltensregeln)

1. Distanzregeln einhalten

- Grundsätzlich empfehlen wir darauf zu achten, dass eine räumliche Gegebenheit von mind. 10 m² pro Person zu nutzen ist.
- Bei einem Gruppenwechsel ist genügend Zeit einzuplanen, sodass die Gruppen sich nicht begegnen.
- Eine Zeit von 15 Minuten zwischen den Gruppen mit gründlicher Durchlüftung des Raumes (wenn möglich) einplanen. Nach Möglichkeit sollte auch während des Trainingsbetriebs gelüftet werden.

- Wenn möglich getrennte Ein- und Ausgänge nutzen.
- Wir empfehlen, unabhängig von den angesetzten Lockerungen, den Übungsbetrieb in einem überschaubaren Rahmen (Teilnehmerzahlen) zu halten und möglichst wenig wechselnde Materialien einzusetzen und Übungen ohne Körperkontakt vorzuziehen.

2. Körperkontakt auf ein Minimum reduzieren

- Partnerübungen sind erlaubt, soll-

ten aber auf ein Minimum reduziert werden.

- Korrekturen der Übungsausführung sowie Hilfestellungen sind erlaubt. Darüber hinaus empfehlen wir das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes für Übungsleiter*innen während der gesamten Übungsstunde.

3. Freiluftaktivitäten nutzen

- Der RhTB empfiehlt unabhängig von den angesetzten Lockerungen den Übungsbetrieb in einem

überschaubaren Rahmen (Teilnehmerzahlen) zu halten und in festen Kleingruppen zu trainieren.

4. Hygieneregeln einhalten

- Vor und nach dem Training sollte das Abstandsgebot eingehalten sowie ein Mund- und Nasenschutz getragen werden.
- Das Training soll nach Möglichkeit mit wenig Einsatz von (Klein- und Groß-) Geräten erfolgen bzw. sind eigene Materialien (z.B. Alltagsmaterialien) mitzubringen.
- Vereinseigenes Material, das reinigungsfreundliche Oberflächen aufweist (z.B. Weichbodenmatten, Turnmatten, Bälle, Sprossenwände, Turnkästen usw.), werden nach jeder Übungsstunde mit einem Reinigungsmittel behandelt.
- Bei Geräten und Materialien, bei denen eine Reinigung nicht umsetzbar (z.B. Schwebebalken, Spannbarren usw.) ist, sind die Teilnehmer*innen dazu angehalten, sich bei jedem Gerätewechsel regelmäßig die Hände (im Optimalfall, ggf. auch die Füße) zu desinfizieren.

5. Vereinsheime und Umkleiden

- Teilnehmer*innen sollten bereits mit Sportbekleidung zur Übungsstunde kommen.

6. Veranstaltungen, Trainingslager und Wettkämpfe

- Auf große Veranstaltungen, Vereinsfeste u.ä. sollte verzichtet werden. Bei allen weiteren Veranstaltungen bedarf es eines Hygienekonzepts, das mit den kommunalen Behörden abgestimmt werden muss.
- Vereine die Veranstaltungen oder Wettkämpfe mit Zuschauern bzw.

Bewirtung eigenverantwortlich, durchführen möchten, legen wir nahe, sich mit den entsprechenden Vorgaben der 11. CoBeLVO eigenständig vertraut zu machen.

7. Trainingsgruppen

- Feste Übungsgruppen bilden. Ein Wechsel zwischen unterschiedlichen Übungsgruppen ist zu vermeiden.
- Die jeweiligen behördlichen Verordnungen zur zulässigen Gruppengrößen und Quadratmetervorgaben sind grundsätzlich und darüber hinaus je nach örtlicher Gegebenheit unterschiedlich und entsprechend zu beachten.
- Der RhTB empfiehlt unabhängig von den angesetzten Lockerungen den Übungsbetrieb in einem dem Alter entsprechend, überschaubaren Rahmen zu halten und maximal in festen Kleingruppen zu trainieren.

8. Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

- Die Gesundheit geht immer vor.
- Risikogruppen können durch Anbieter nicht pauschal identifiziert werden. Es sind somit alle Personen besonders zu schützen.

9. Risiken in allen Bereichen minimieren

- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, sollten frühestens nach 14 Tagen wieder am Training teilnehmen.
- Um ein datenschutzkonformes Vorgehen zu gewährleisten, empfehlen wir das Nutzen von digitalen Tools (z.B. Yolawo).
- Eine Übungsleitung im Kinderturnen betreut nach Möglichkeit

keine weiteren Übungsgruppen im Bereich Ältere (Risikogruppen), sondern nur im Kinderturnen.

- Im Hinblick auf die festen Kleingruppen sollte im Eltern-Kind-Turnen nach Möglichkeit immer das gleiche Elternteil das Angebot wahrnehmen.
- Wir empfehlen nach Möglichkeit von großen Geräteaufbauten (Gerätturnen) oder großen Bewegungslandschaften unter Einsatz von Großgeräten (Kinderturnen) abzusehen.
- Der RhTB empfiehlt unabhängig der erlaubten Vorgaben der Landesregierung alle Maßnahmen und ihre Umsetzung im eigenen Übungsbetrieb auf ihre Sinnhaftigkeit zu überprüfen.

Für Fragen steht euch das RhTB-Team jederzeit zur Verfügung.



Rhein Hessischer Turnerbund
Geschäftsstelle
Telefon: 06131/9417-0
E-Mail: info@rhtb.de
www.rhtb.de

Wir bitten alle Vereine, sich an die Vorgaben, Empfehlungen und zeitlichen Parameter zu halten. Bitte zeigt euch verantwortungsvoll und setzt die Vorgaben konsequent um!

Im Porträt: Mia Peters

Ich genieße das Training am Vormittag!



Fotos: Privat

Mia Peters (rechts) trainiert einmal in der Woche vormittags. Immer gemeinsam mit einer Turn-Kameradin (links: Nele Kallmeier).

Mia Peters, die junge Gerätturnerin des MTV 1817, ist die erste Turnerin, die seit dem neuen Schuljahr auch vormittags trainieren kann, ohne Unterrichtsstoff zu verpassen. „Das geht, weil ich in der Sportklasse der IGS Mainz-Bretzenheim bin. Da kann ich je nach meinem Stundenplan von einigen Stunden freigestellt werden, um ins Training zu gehen“, beschreibt die Schülerin das neue Trainings-Modell der Turn-Talentschule Bodenheim.

Auch Mias Trainerin Kerstin Sinsel begrüßt die neue Möglichkeit, zu trainieren. „Die Turnerinnen sind morgens noch fit und nicht ausgepowert von der Schule. Diese Trainingseinheiten sind ef-

fektiv und wirklich gut“, so die Trainerin. Doch ebenso wichtig ist es für die jungen Athletinnen, dass sie sich nach dem Unterricht in der Schule auch wieder in der Halle und im Training bewegen können. „Beides hat seine Vor- und seine Nachteile. Die Mischung macht’s eben“, fasst Sinsel zusammen.

Mia Peters freut sich, dass sie in diesen Genuss kommt und mal vor- und mal nachmittags in der Halle steht. „Montags gehe ich nun immer statt zur Schule zuerst einmal ins Training, danach bin ich wieder in der Schule. Nach Schulschluss sieht man mich wieder in der Halle“, lacht die Mainzerin. Sie findet das Modell gut und ist begeistert bei der

Sache. „Klar, die Inhalte der Unterrichtsstunden, die ich durch mein Training verpasse, fallen nicht einfach so aus. Die muss ich vor- oder nachholen – wie, das bleibt mir überlassen“, erklärt sie weiter.

Mia, die bereits seit dem Kindergarten turnt, liebt ihren Sport, für den sie sechs Mal in der Woche insgesamt 19 Stunden trainiert. „Turnen ist so abwechslungsreich, so vielfältig“, schwärmt sie. „Ich muss ja nicht nur ein Gerät turnen, sondern mehrere. Besonders gut gefallen mir die Abgänge, wenn ich frei in der Luft bin. Das ist dann wie fliegen“, lacht sie. Gerade weil sie so gerne in der Luft ist, liegt es auf der Hand, dass der Sprung ihr Lieblingsgerät ist. „Die

Übung am Sprung ist im Vergleich zu einer Boden-, Stufenbarren- oder Schwebebalken-Übung zwar nur ganz kurz, aber ich kann dort so viele Übungen turnen und ich kann fliegen – das ist einfach perfekt.“

Unterstützt wird Mia von ihrer Familie, dazu gehören Mama, Papa, ihre beiden Brüder und der Opa. „Ohne meine Familie könnte ich gar nicht trainieren. Meine Eltern und mein Opa fahren mich zum Training und holen mich auch wieder ab. Und zu den Wettkämpfen begleiten mich auch meine Brüder – das gibt mir Sicherheit und motiviert mich gleichzeitig.“

Die schönsten Erinnerungen der jungen Turnerin liegen noch nicht so weit zurück. „Vor Kurzem habe ich meinen ersten Doppelsalto geschafft – wow. Das war ein tolles Gefühl!“, lacht sie. „Oder neulich gelang mir ein Abgang vom Stufenbarren, vor dem ich lange Angst



hatte. Schön ist auch, dass mir meine Trainerinnen kurze Videos von diesen Elementen schicken. Dann kann ich sie mir nach dem Training anschauen und mich noch einmal darüber freuen.“

Gerne denkt Mia auch an ihren allerersten Wettkampf zurück, an dem sie aufgrund ihres jungen Alters noch außer Konkurrenz an den Start ging. „Meine Haare waren so kurz. Nur mit gefühlt tonnenweise Haarspray haben wir es geschafft, dass mein Pferdeschwanz hielt – dann auch ohne Haargummi und -klammern.“

Ihren ersten großen Wettkampf turnte Mia 2019 in Berlin. „Das war der bekannte Bärchenpokal. Wir haben mit der Mannschaft den zweiten Platz belegt, in der Einzelgesamtwertung erreichte ich den 4. Platz und im Sprung habe ich mich riesig über den 1. Platz gefreut.“

Natürlich gab es auch Momente in Mias noch recht junger Turn-Karriere, die sie traurig gestimmt haben. „Wir Turnerinnen und Turner sind eine große Familie. Ich bin dann schon traurig, wenn Turnerinnen wechseln oder weg gehen, die zu meinen Freundinnen geworden sind. Doch das gehört eben auch dazu“, weiß Mia. Die 10-Jährige trainiert hart und möchte immer besser werden. „Mindestens einmal bei Olympia mitmachen – das ist ein großer Traum von mir.“

Mia besucht die 5. Klasse der IGS Bretzenheim. Steht sie nicht für ihre große Leidenschaft in der Halle, findet man sie auch auf dem Trampolin, beim Malen oder sie trifft sich mit ihren Freunden.



Mia Peters

Geburtstag:	12. März 2010
Wohnort:	Mainz
Familie:	Mama, Papa, Jakob und Max (Brüder)
Hobbies:	Trampolinspringen, mit Freunden treffen und Malen
Schule:	IGS Bretzenheim
Verein:	MTV 1817 e.V.
Mitglied:	seit der Geburt
Trainerinnen:	Jana Haynert, Kerstin Sinsel

Meine größten Erfolge:

- 2019: 1. Platz Bärchenpokal Sprung
- 2019: 1. Platz RLP Mannschaft
- 2019: 2. Platz RLP Einzel
- 2019: Rheinessenmeisterin

Informationsreihe „Zukunft“

RhTB-Digitalisierungspaket macht die RhTB-Vereine fit für die Zukunft!



Foto: pixabay © Gerd Altmann

Der Weg in die neue Normalität des Turnens in Rheinessen ist ohne Digitalisierung schwer möglich. Aus diesem Grund haben wir für unsere RhTB-Vereine ein Digitalisierungspaket zusammengestellt. Dieses Paket soll allen Vereinen den Weg in die digitale Welt des Turnens erleichtern und gleichzeitig eine Anbindung an die Dienst- und Serviceleistungen des Verbandes sicherstellen.

„Die Digitalisierung als einer der Megatrends unserer Zeit steht bei uns ganz oben auf der Prioritätenliste“, signalisiert Frank Schembs, Präsident des Rhein Hessischen Turnerbundes (RhTB). „Insbesondere durch die zunehmende Digitalisierung der RhTB-Verbandsstrukturen müssen unsere Vereine nicht nur

wissen, dass es die Digitalisierung gibt – nein, sie sollen auch in die Lage versetzt werden, aktiver Teil dieser zukunfts-trächtigen Entwicklung zu sein.“

Der Weg in die digitale Welt des Turnens

Damit die Vereine möglichst ohne große Stolpersteine digital werden können, hat sich der RhTB professionelle Unterstützung an Land gezogen. „Wir arbeiten aktuell mit drei Experten zusammen. Das ist zum einen die Digi-Turn GmbH, die sich zum Ziel gesetzt hat, die Digitalisierung im deutschen Turnen voranzutreiben, die Yolawo UG, die ein kostenloses Buchungssystem zur Verfügung stellen kann und unser Expertenteam um Detlef Mann, das

sich zum Ziel gesetzt hat, die geplante flächendeckende Einführung einer modernen Vereinsverwaltungssoftware (VSW) in unsere RhTB-Vereine mit Umsetzungshilfen voran zu bringen“, so Schembs.

Das große Ziel des RhTB ist es, die Vereine bei der internen und externen Kommunikation zu unterstützen, die Verwaltung zu erleichtern und Vereinsprozesse zu optimieren.

RhTB-Rücklagen sinnvoll einsetzen

Um diesen Weg gehen zu können, ist der Einsatz von Kapital unumgänglich. „Wir lassen unsere Vereine auch hier nicht alleine“, verspricht Frank Schembs. Bis Ende 2021 wird der RhTB über 40.000€ aus Eigenmitteln in Schulungen und Workshops für seine Vereine investieren. „Wir wollen unsere Rücklagen sinnvoll einsetzen und explizit in diesen aktuell für die Vereine schwierigen Zeiten in die Zukunft investieren“, führt Schembs aus.

Ein Beispiel:

„Die meisten Vereine setzen bereits eine Software für Teilbereiche der Vereinsverwaltung ein, diese sind jedoch oft veraltet, wenig kompatibel und genügen meist nicht der europäischen Datenschutzgrundverordnung“, erklärt Detlef Mann, Ehrenmitglied des RhTB. „Das Programm unseres Partners Netxp hilft jedem Verein, sich mit möglichst wenig Zeitaufwand optimal und zukunftssicher zu organisieren.“

Zusammenarbeit mit drei Experten



Das kann der Experte:

DigiTurn implementiert Microsoft 365 in den Verein. Das ist eine Kombination bestehend aus einem Online-Dienst, einer Office-Webanwendung und einem Office-Software-Abonnement. Microsoft 365 bietet alles für eine einfachere Zusammenarbeit und Kommunikation im Verein. Ebenfalls ein Vorteil: Mit Office 365 lassen sich Dokumente, Tabellen und Co. plattformübergreifend und sogar mobil nutzen.

RhTB-Vereinsvorteil:

Durch die Mitgliedschaft beim RhTB können die Vereine einen individuellen Workshop bei dem RhTB-Kooperationspartner DigiTurn buchen. Die Kosten für den Workshop trägt der RhTB.

Die Implementierung erfolgt durch den Verein (in enger Zusammenarbeit mit DigiTurn).

RhTB-Ansprechpartner:

Sven Schlunke / Julia Göttelmann



E-Mail: schlunke@rhtb.de
E-Mail: goettelmann@rhtb.de



Das kann der Experte:

Für viele Vereine werden die Organisation, Verwaltung und Abrechnung von Vereinsangeboten immer aufwendiger.

Um dem entgegenzuwirken und Vereine auf einen digitalen Weg zu bringen, wurde das YOLAWO-Buchungssystem entwickelt. Dieses Buchungssystem unterstützt die Vereine bei der Organisation und Verwaltung ihrer Angebote.

RhTB-Vereinsvorteil:

Durch die Mitgliedschaft beim RhTB können sich die Vereine bei YOLAWO bis Ende 2020 einen Gutschein in Höhe von 99 Euro sichern.

Die Implementierung im Verein übernimmt YOLAWO.

RhTB-Ansprechpartnerin:

Julia Göttelmann



E-Mail: goettelmann@rhtb.de



Das kann der Experte:

Von der Mitgliederverwaltung bis zum Beitragseinzug, das Programm der Netxp hilft dabei, den Verein mit möglichst wenig Zeitaufwand optimal und zukunftssicher zu organisieren.

Durch die intuitive Bedienung der Vereinssoftware wird die individuelle Einarbeit ein Kinderspiel.

RhTB-Vereinsvorteil:

Als RhTB-Mitglieder erhalten die Vereine einen 50% Rabatt auf die Einrichtungsgebühr.

Die Implementierung im Verein übernimmt Netxp.

RhTB-Ansprechpartner:

Detlef Mann und Experten-Team



E-Mail: detlef.mann@t-online.de

AKTIV 2021

Das RhTB-Jahresprogramm ist online!



Foto: Sarah Rose, Facebook: Sarah Rose, Instagram: sarah_rose_fitness

Auch für das neue Jahr 2021 haben wir interessante und kreative Bildungsmaßnahmen ausgearbeitet, die im „AKTIV 2021“ aufgeführt sind und **ab dem 1. November 2020** gebucht werden können.

Die Vorteile der angebotenen Bildungsmaßnahmen auf einen Blick:

- Viele Maßnahmen des 1. Halbjahres 2021 können auch online angeboten werden. Das bedeutet, es wird in dieser Zeit zu keiner coronabedingten Absage der gebuchten Bildungsmaßnahme kommen.
- Die Teilnehmer*innen haben durch das zusätzliche Angebot, dass viele Kurse im ersten Halbjahr auch online stattfinden können, Planungssicherheit.
- Die Sicherheit der Teilnehmer*innen steht an erster Stelle – durch das zusätzliche Angebot der Online-Bildungsmaßnahmen ist das Infektionsrisiko weiter

minimiert, Sicherheitsstandards werden optimal eingehalten.

- Neu in 2021: Wir bieten erstmals auch sogenannte „Kurz-Fortbildungen“ an, die mit 2, 4 oder 6 Lerneinheiten bewertet sind. Einige dieser Fortbildungen finden auch werktags am Abend statt. Mit dieser Ausgestaltung unserer Fortbildungen möchten wir unseren Teilnehmer*innen maximale Flexibilität bieten.
- Neu ist auch unsere Fortbildung „Best Practice im Kinderturnen – die RhTB-Turnstunde“. In dieser Fortbildung lernen die teilnehmenden Übungsleiter*innen voneinander. Spannend, aufschlussreich und vereinsübergreifend. Lasst euch überraschen!

Alle Angebote finden unter Einhaltung der jeweils aktuellen Schutzbestimmungen im Kontext der Coronapandemie statt. Weitere Informationen zu Bildungsmaßnahmen findet ihr auf der RhTB-Homepage www.rhtb.de.

Bei Fragen rund um das AKTIV 2021 sind wir für euch da:



Ausbildungen:

Anne Krieger
Telefon: 06131/9417-12
E-Mail: krieger@rhtb.de



Fort- und Weiterbildungen:

Lena Kessel
Telefon: 06131/9417-18
E-Mail: kessel@rhtb.de



Freut euch mit uns über das Jahresprogramm 2021 – vollgepackt mit neuen Trends, Ideen und kreativen Projekten für eure Turnstunden und euren Verein.



Foto: RHTB

Eine Stadt. Eine Schule. Ein Quartierteam!

Bilde zusammen mit deinem Verein ein Quartierteam für unsere Gemeinschaftsunterkünfte!

Wer und wo?

Ca. 20.000 Teilnehmende übernachten in Leipziger Schulen.

Wann?

Von Dienstag, 11. Mai 2021, ab 18 Uhr bis Montag, 17. Mai 2021, bis 16 Uhr.

Vergütung?

Es gibt **1.500 Euro** für eine Komplettbetreuung von einem Gemeinschaftsquartier für euren Verein.

Welche Aufgaben hat ein Quartierteam?

- Ihr stellt eine Ansprechperson für das Organisationskomitee.
- Ihr begrüßt eure Gäste.
- Ihr bereitet das Frühstück vor (mit 4-6 Personen).
- Ihr organisiert die Tagesaufsicht im Schichtdienst von 6 bis 22 Uhr (4-6 Personen).



Vorbereitung?

Das Organisationskomitee wird euch mit Schulungsabenden und einem Handbuch auf die Aufgaben vorbereiten. Wir freuen uns über eure Rückmeldung!

Interesse?

Dann wendet euch an:



Julia Göttelmann
Assistenz der Geschäftsführung/
Vereinservices
Telefon: 06131/9417-14
E-Mail: goettelmann@rhtb.de

Die RhTB-Bewegungsbroschüre für Ältere

Eine Broschüre, mit der man auch zu Hause fit und in Bewegung bleiben kann!



Körperliche Aktivität ist eine der entscheidenden Voraussetzungen für ein gesundes und selbständiges Leben. Eine gute körperliche und auch kognitive Leistungsfähigkeit sind wichtige Grundlagen, um die Anforderungen des Alltags zu bewältigen und möglichst lange selbstständig, selbstbestimmt und zufrieden leben zu können. Bewegung kennt dabei keine Altersgrenze – körperliche Aktivität hat in jeder Lebensphase einen positiven Einfluss auf die Gesundheit.

Um genau diese Leistungsfähigkeit auch im Alter abrufen zu können, wurde die RhTB-Bewegungsbroschüre für Ältere konzipiert und gestaltet. „Wir möchten mit dieser Broschüre ältere Menschen in unserer Gesellschaft unterstützen, ihren Alltag aktiv zu gestalten und auch zu Hause fit und in Bewegung zu bleiben“, erklärt RhTB-Referentin Jenny Hähn das Ziel, das mithilfe dieser Broschüre erreicht

werden soll. „Wir stellen einfache und effektive Übungen vor, die von jeder Frau und Jedermann ohne Geräte durchgeführt werden können. Alle aufgeführten Übungen können dabei ergänzend zu den Vereinsstunden zu Hause ausgeführt oder auch genutzt werden, wenn zum Beispiel während der Ferienzeiten keine Bewegungseinheiten im Verein stattfinden oder eine schlechte Witterung ein Training im Freien nicht zulässt.“

Interesse geweckt?

Sie möchten diese Broschüre nutzen – aktiv zu Hause oder aktiv als Übungsleiter*in in Ihren Stunden? Die Broschüre liegt auf der Homepage des RhTB zum Download bereit.

<https://www.rhtb.de/gymweltbewegt/welten/aeltere/rhtb-bewegungsbroschuere/>

Oder melden Sie sich einfach bei:



Jenny Hähn
RhTB-Referentin
Breitensport / GYMWELT /
Vereinsberatung

Tel.: 06131/9417-13
E-Mail: haehn@rhtb.de

Regionalliga Inklusion – was ist das?



Die „Regionalliga Inklusion“ ist ein bundesweites Teilprojekt der Offensive Kinderturnen der Deutschen Turnerjugend und wird durch die Aktion Mensch Stiftung gefördert. Die Gesamtlauzeit des Teilprojekts beträgt fünf Jahre (01.03.2019 bis 29.02.2024).

Das Herzstück des Teilprojekts sind regionale Inklusionscoaches, die das Bilden von Netzwerken zwischen Vereinen, Einrichtungen der Behindertenhilfe, Kindergärten, Schulen, Flüchtlingseinrichtungen etc. initiieren und begleiten. Sie beraten Vereine und

schaffen Raum sowie Gelegenheit sich zu vernetzen, um der Vision vielfältige Bewegungserfahrungen im Sinne einer allumfassenden Grundlagenausbildung, die Stärkung sozialer Kompetenzen und die Stärkung exekutiver Funktionen allen Kindern zu ermöglichen. (Text: DTB)

STAMMTISCH „DIGITAL“

Jeden ersten Donnerstag im Monat lädt Inklusionscoach Stefanie Kneisle, Projektleiterin der Region 4 – dazu gehören neben Rheinhesse auch Mittelrhein, Pfalz und Saarland – von 19:00 bis 20:00 Uhr zum Stammtisch „Digital“ ein. Die Themenschwerpunkte des von ins Leben gerufenen Stammtischs sind unterschiedlich und orientieren sich meist an den Themen, die von Vereinen vorgeschlagen und von Interesse sind.

Die nächsten Stammtische der Regionalliga Inklusion finden am **05.11.2020** statt. Hier dreht sich alles thematisch um Praxisbeispiele für inklusive Kinderturnstunden – und Last Minute-Ideen für den „Tag des Kinderturnens“.

Die Ansprechpartnerinnen:

Projekt Region 4

Stefanie Kneisle

E-Mail: stefanie.kneisle@tju.de

Telefon: 0261/135154

RhTB

Edna Bergmann

Kinderturnen / Jugend- und Freizeitsport

Telefon: 06131/9417-16

E-Mail: bergmann@rhtb.de

Online-Fortbildung im Kinderturnen

In Kooperation mit dem Behinderten- und Rehabilitationssport-Verband RLP

Kinderturnen inklusiv

Wie gestalte ich eine Kinderturnstunde inklusiv, d.h. für Kinder mit und ohne Behinderung gemeinsam? Wie kann ich hierbei jedem Kind gerecht werden? Wie kann ich Berührungängste abbauen? Was können Kinder mit Behinderungen umsetzen, ohne dass sie überfordert werden? Worauf muss ich bei der Einbindung von behinderten Kindern speziell achten? Welche rechtlichen Aspekte müssen berücksichtigt werden?

Diese Fortbildung soll Mut machen seine eigene Turnstunde für beeinträchtigte Kinder zu öffnen. Sie soll darauf vorbereiten, inklusive Gruppen

im Kinderturnen adäquat zu betreuen und alle Kinder optimal fördern zu können.

Termin: Sa, 14.11.2020
Zeit: 09.00-17.00 Uhr
Ort: digital
Referentinnen: Heike Jotzo, Therese Claßen
Meldeschluss: 01.11.2020
Gebühren: regulär 53,00 €



Foto: RhTB

Anmeldung und weitere Informationen:

RhTB Lena Kessel (Fort- und Weiterbildungen / Lizenzwesen)

Telefon: 06131 / 9417-18

E-Mail: kessel@rhtb.de

Tipps vom Kinderturnen



Foto: pixabay © Gianni Crestani; Illustrationen: pixabay

Mit **Abstand** die schönsten Bewegungsspiele für die jetzige Zeit

Es geht wieder los. Dank der aktuell gültigen Verfassung kann fast mit dem regulären Vereinssportbetrieb durchgestartet werden. Wie das im Kinderturnen ohne Mindestabstand aussehen kann, zeigen wir mit den nachfolgenden Übungen. Übungen und Spiele, mit denen keine Langeweile aufkommt. Garantiert!

Alle vorgestellten Bewegungsspiele können drinnen und draußen durchgeführt werden.

AUFWÄRMEN

Die Turnstunde beginnt mit einer Aufwärmphase, um das Herz-Kreislauf-System der Kinder in Schwung zu bringen. Wer jetzt an Dauerlauf denkt, liegt falsch. Sehr gut eignen sich kleine Spiele kombiniert mit verschiedenen Bewegungsaufgaben.

FEUERALARM IM CIRCUS (FÜR KINDER AB 4 JAHREN)



Beschreibung:

Dieses Spiel wird vom Prinzip her wie „Feuer, Wasser, Blitz“ gespielt. Die Mitspieler laufen bei Zirkusmusik umher. Bei Musikstopp gibt es mehrere Bewegungsausführungen:

- Bei „Feuer in der Manege“ klettern alle Kinder auf Bänke und Sprossenwände.
- Bei „das Zelt kracht ein“, legen sich die Kinder blitzschnell flach auf den Boden und verschränken die Arme über den Kopf.
- Bei „wackelige Seiltänzerin“, suchen sich alle eine Linie auf dem Hallenboden, balancieren auf einem Bein und strecken das andere nach hinten aus. In der Hand halten sie einen „Regenschirm“.

Variation

- Die Bewegungsaufgaben werden mit Karten angezeigt.
- Neue Bewegungsaufgaben hinzufügen (z.B. „Begrüßung des Zirkusdirektor“, alle Kinder machen mit ihrer Hand vor dem Körper eine Kreisbewegung und rufen „hereinspaziert, hereinspaziert“).

Zentrale Lernziele: Schnelligkeit, Orientierungsfähigkeit, Koordination

Material/Geräte: Sprossenwand, Bänke

Raum: Sporthalle oder Freiglände/Natur

Corona-Hinweis: Sprossenwände und Bänke nach dem Spiel reinigen

EISKUGEL (FÜR KINDER AB 5 JAHREN)

Beschreibung:

Ein Mitspieler (Eskimo) versucht die anderen Mitspieler einzufrieren, indem er mit einem Softball (Eiskugel) versucht, seine Mitspieler abzuwerfen. Wird ein Mitspieler von einer Eiskugel getroffen, muss er einfrieren (erstarren) und stehen bleiben. Er kann gerettet werden, indem ein Mitspieler z.B.

- als Spiegelbild gegenüber steht
- als Sonne (Arme weit von sich gestreckt) um den eingefrorenen Mitspieler herum tanzt
- mit einem imaginären Föhn oder Sonnenstrahler (Geräusche nicht vergessen) den Mitspieler auftaut

Zentrale Lernziele: Ausdauer, Koordination

Material/Geräte: Softbälle

Hinweis zum Spiel: Während des Auftauens darf das Paar nicht abgeworfen werden.

Corona-Hinweis: Softbälle mit abwasch- oder desinfizierbarer Oberfläche verwenden, bei 2. Spielrunde neuer Ball.

HAUPTTEIL

Nach der Einstimmung auf die Turnstunde folgt der Hauptteil.

Zwei Vorschläge für einen abwechslungsreichen Hauptteil:

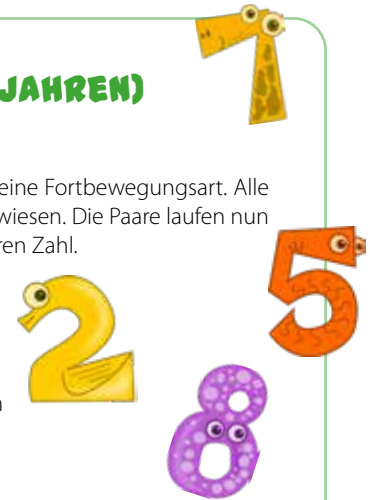
BEWEGEN NACH ZAHLEN (FÜR KINDER AB 6 JAHREN)

Beschreibung:

Im Raum werden zehn Stationskarten (frei) verteilt. Auf der Karte stehen jeweils eine Zahl und eine Fortbewegungsart. Alle Mitspieler bilden Paare. Jedes Paar bekommt vom Übungsleiter als erste Station eine Zahl zugewiesen. Die Paare laufen nun gemeinsam zur ersten Station und mit der entsprechenden Fortbewegungsart zur nächsthöheren Zahl.

Variation

- Lauf- oder Stempelkarte erstellen.
- Die Teilnehmer sollen die Stationskarten mehrmals durchlaufen.
- Die Entfernung zwischen den einzelnen Stationskarten wird verändert.
- Auf den Stationskarten werden weitere Bewegungsaufgaben z.B. mit einem Ball vorgegeben (Jedes Kind nutzt für alle Stationen den gleichen Ball).
- Auf den Stationskarten werden weitere Bewegungsaufgaben mit Bildern vorgegeben (z.B. Frosch = Froschüpfen, Storch = Storchengang etc.) für jüngere Kinder geeignet!



Zentrale Lernziele: Kooperationsfähigkeit, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination

Material/Geräte: Stationskarten, je nach Variante: Stifte, Stempel, Ball pro Kind

Raum: Sporthalle, Sportplatz, Freigelände/Natur

Hinweis zum Spiel: Teilnehmern kann auch ein Stift/Stempel mitgegeben werden; die Stationskarten müssen mit individuellen Kürzel oder Stempel abgezeichnet werden.

Corona-Hinweis: Die Stationskarten können so verteilt werden, dass sich die Wege nicht kreuzen; laminierte Stationskarten können gereinigt werden; Softbälle mit abwasch- oder desinfizierbarer Oberfläche verwenden; Stifte/Stempel desinfizieren; die Paare können untereinander Abstand halten.



ROTKÄPPCHEN, WOLF UND GROßMUTTER (FÜR KINDER AB 8 JAHREN)



Beschreibung:

Die Mitspieler laufen frei im Raum. Auf ein Signal des Übungsleiters gehen jeweils zwei Spieler zusammen und stellen gleichzeitig eine der folgenden Personen dar:

- Großmutter: Die Hände werden zu einer Brille geformt und vor die Augen gehalten.
- Wolf: Die Hände werden zu einem Maul geformt, dabei wird laut gejault.
- Rotkäppchen: Schaukelt ihren Korb mit den Händen.



Das Spiel zwischen den Paaren dauert jeweils so lange an, bis einer der beiden Spieler dreimal gewonnen hat. Ist das „Duell“ beendet, laufen die Teilnehmer wieder weiter und warten auf das nächste Signal. Der Übungsleiter wartet bis alle Paare zu Ende gespielt haben. Beim nächsten Signal suchen die Mitspieler einen neuen Gegenspieler aus.

Zentrale Lernziele: Kooperations- und Problemlösefähigkeit, Schnelligkeit, Koordination

Material/Geräte: kein Material

Raum: Sporthalle, Sportplatz, Freigelände/Natur

Hinweis zum Spiel: Der Wolf gewinnt gegen das Rotkäppchen (Rotkäppchen hat Angst vor dem Wolf).
Die Großmutter gewinnt gegen den Wolf (die Großmutter verscheucht den Wolf).
Das Rotkäppchen gewinnt gegen die Großmutter (das Rotkäppchen kann schneller laufen).

Corona-Hinweis: Die Paare können untereinander Abstand halten und müssen sich nicht berühren.

ABSCHLUSS – DIE COOL-DOWN-PHASE

Beim Abschlussspiel können die Kinder nach einer anstrengenden Turnstunde etwas zur Ruhe kommen.

Das folgende Spiel eignet sich sehr gut für einen entspannten Stundenabschluss.

SPÜRNASE (FÜR KINDER AB 4 JAHREN)

Beschreibung:

Alle Mitspieler stehen oder sitzen in einem Kreis. Zuerst wird eine „Spürnase“ ermittelt. Diese muss kurz den Raum verlassen, damit die übrigen Spieler unter sich einen Vorturner auswählen. Kommt die „Spürnase“ wieder in den Raum, beginnt der Vorturner mit einer Bewegung, die jeder ausführen kann. Die anderen Spieler versuchen zu verbergen, wer der Vorturner ist, indem sie jede seiner Bewegungen genau nachmachen. Dann darf die „Spürnase“ ins Geschehen eingreifen und versuchen den Vorturner herauszufinden. Der Vorturner muss seine Bewegung wechseln und die anderen Mitspieler müssen sie immer nachmachen. Die „Spürnase“ darf seinen Spürsinn dreimal auf die Probe stellen. Entdeckt die „Spürnase“ den Vorturner nach drei Versuchen nicht, wird dieser zur neuen „Spürnase“.



Zentrale Lernziele: Kooperations- und Kommunikationsfähigkeit, Geschick

Material/Geräte: kein Material

Raum: Sporthalle, Sportplatz, Freigelände/Natur

Hinweis zum Spiel: Der Vorturner muss keine großen Bewegungen vormachen. Es können auch kleine Bewegungen sein (z.B. Nase rümpfen, sich zuwinken), es können aber auch größere Bewegungen sein (z.B. beide Arme heben, Hampelmänner usw).

Corona-Hinweis: Die Kinder können untereinander Abstand halten und müssen sich nicht berühren.



Mit Spaß zum digitalen
Tag des Kinderturnens
01.-08.11.2020

Dieses Jahr ist alles anders...

Der nächste „Tag des Kinderturnens“ findet vom 06.-08. November 2020 statt. Volle Turnhallen, bunte Mitmachangebote, strahlende Kinderaugen – wie kann man das schaffen, wenn Corona doch immer irgendwie dabei ist?

Wir haben uns etwas ausgedacht

Für den „**Digitalen Tag des Kinderturnens**“ zeichnen wir die Choreografie zu unserem Kinderturntanz „Turnkids“ auf. Diese Aufzeichnung stellen wir **vom 1.-8. November 2020** zum Download auf unserer Homepage zur Verfügung.

Die Idee

Liebe Übungsleiter*innen, ladet euch die Tanz-Choreografie runter, seht sie

euch an und tanzt den Tanz fleißig in euren Kinderturnstunden. Fühlt ihr euch fit und sicher, zeichnet euren Kinderturntanz auf und sendet uns dieses Video zu.

Alle Übungsleiter*innen, die mit ihrer Kinderturngruppe dabei sind, erhalten für das eingereichte Video zwei Lerneinheiten für die Verlängerung ihrer Lizenz im Kinderturnen oder Gymnastik/Rhythmus/Tanz.

Also, nicht warten, sondern starten!

Ab dem 1. November steht unsere Choreografie zum Download auf unserer Homepage bereit. Schickt euer Video **bis zum 20.12.2020** an den RhTB und sichert euch zwei Lerneinheiten.

Wir sind gespannt und freuen uns auf eure Tänze!

So geht`s:

So können Übungsleiter*innen der Kinderturnstunden unserer Vereine am „Tag des Kinderturnens“ dabei sein:

- Vom 1.-8. November steht die Choreografie zum Kinderturntanz auf der RhTB-Homepage www.rhtb.de zum Download bereit.
- Choreografie runterladen und mit den Kindern einüben.
- Aufzeichnen des einstudierten Tanzes (Achtung: Einverständniserklärung für Ton und Videoaufzeichnungen einholen – Dokument steht ab dem 1. November zum Download auf unserer Homepage bereit).
- Einsenden des Tanz-Videos bis zum 20.12.2020
 - per E-Mail als Datei an bergmann@rhtb.de oder
 - gespeichert auf einem Stick per Post an: RhTB, Edna Bergmann, Jahnstraße 4, 55124 Mainz

Alle Informationen werden wir zeitnah auf der RhTB-Homepage bereitstellen und über die sozialen Netzwerke bekannt geben!



„Turnkids“

Der RhTB-Kinderturnhit ist online auf Spotify, Deezer, iTunes, amazon, Google Play und Apple Music erhältlich



Fotos Seite 20 und 21: RhTB

Die Europäische Woche des Sports

It's time to #BeActive again!

In der Zeit vom 23. bis 30. September 2020 fand – bereits zum 5. Mal – die Europäische Woche des Sports statt. Dies ist eine Initiative der Europäischen Kommission mit dem Ziel, die Menschen in Europa für ein aktiveres Leben zu begeistern. Europaweit nahmen alle EU-Mitgliedsstaaten sowie weitere Partner-Länder an der Kampagne teil. Bundesweit wurden in 2020 mehr als 580 Veranstaltungen registriert – das sind rund 80 Veranstaltungen mehr als im letzten Jahr! Eine tolle Zahl!

Auch wir waren dabei – mit der RhTB #BeActiveNight! Gemeinsam mit fünf unserer RhTB-Vereine haben wir der Welt da draußen gezeigt, was Turnen alles kann.

5 Vereine – 6 Presenter

Fünf Stunden Fitness, sechs verschiedene Presenter und unzählige Trainingsstandorte – die #BeActiveNight des RhTB am 26. September war etwas ganz Besonderes.

Mit stündlich wechselnden Presentern zu einer bunten Themenpalette wie Spielen mit Alltagsmaterialien, Dance Fit & Fun, BODEGA MOVES®, Fitness Dance und Rumpfgymnastik mit Brasil bot die #BeActiveNight insgesamt fünf Stunden Bewegungs- und Fitnessangebote für alle Könnestufen. Bewegt durch den Abend führten von 16.00 Uhr bis 21.00 Uhr sechs verschiedene Presenter aus fünf RhTB-Vereinen.

„Unser RhTB-Bewegungsraum wurde an diesem Abend in ein Film- und Aufnahmestudio verwandelt und wir streamten fünf Stunden, was das Zeug hielt“, so Lena Kessel (RhTB-Mitarbeiterin) begeistert.

Zu Presentern des Abends zählten:

- **Mirjam Bäßler**
SG 03 Harxheim e.V.
„Spielen mit Alltagsmaterialien“
- **Jenny Hähn & Jana Schmitt**
TSV 1910 Uelversheim e.V.
„Dance Fit & fun“
- **Jasmin Bangel**
Turnverein 1848 Ober-Olm e.V.
BODEGA MOVES®

- **Rebekka Römelt**
Mombacher Turnverein 1961 e.V.
„Fitness Dance“
- **Dimana Lieser**
Sportgemeinde 1926 Spiesheim e.V.
„Rumpfgymnastik mit Brasil“

Wir danken allen Presentern und ihren Vereinen für die Teilnahme an unserer ersten #BeActiveNight! Sie war abwechslungsreich, kurzweilig, interessant und schweißtreibend. Die

fünf Stunden vergingen wie im Flug. Langeweile? Pustekuchen!

Re-live-#BeActiveNigt

Ihr habt die Live-Schaltung verpasst? auf unserer Homepage www.rhtb.de/veranstaltung-bewegt/beactivenight/ könnt ihr die einzelnen Stunden ausschnittsweise noch einmal miterleben.

Viel Spaß und bis zum nächsten #BeActive-Event in 2021! Wir sind bereit – seid ihr es auch?



Impressionen der RhTB-#BEACTIVE NIGHT



Namen und Nachrichten

2020 ist für alle ein „besonderes Jahr“

Das Jahr 2020 war bisher für alle ein ganz besonderes Jahr. Nicht zuletzt die Corona-Krise hat sowohl unser privates Leben, als auch das des Rhein Hessischen Turnerbundes auf den Kopf ge-

stellt. Trotzdem gab es in unserem Verband keinen Stillstand. Wir nutzten die Zeit sinnvoll und konnten viele Projekte vorbereiten.

Wir haben vor allem die digitalen Möglichkeiten genutzt, um uns auszutauschen, Termine wahrzunehmen und unsere Verbandsarbeit voran zu treiben.



Foto: Pixabay © Andreas Lischka

Verbandstermine des RhTB

Termine bis zum Jahresende 2020

Termin	Uhrzeit	Sitzung
So, 18.10.2020	09.30-10.45 Uhr	Regionalversammlung Worms
So, 18.10.2020	11.00-12.15 Uhr	Regionalversammlung Bingen
So, 25.10.2020	18.00-19.00 Uhr	Fachgebietsversammlung Aerobicturnen
Mo, 26.10.2020	19.00-20.30 Uhr	turnTREFF Alzey und Worms
Mi, 28.10.2020	19.00-20.30 Uhr	turnTREFF Mainz und Bingen
Mo, 09.11.2020	18.30-20.00 Uhr	Fachgebietsrat
Mo, 09.11.2020	20.00-22.00 Uhr	Präsidiumssitzung
Mo, 07.12.2020	18.00-20.00 Uhr	Präsidiumssitzung
Mo, 07.12.2020	ab 20.00 Uhr	Hauptausschusssitzung

In 2020 bereits stattgefunden

Termin	Sitzung
Sa, 29.02.2020	Jahrestagung Wandern
Mi, 11.03.2020	Fachgebietsversammlung Gerätturnen männlich
Do, 27.08.2020	turnTREFF Rheinhessen
Mo, 07.09.2020	Fachgebietsversammlung Rhythmische Sportgymnastik
Mi, 07.10.2020	Fachgebietsversammlung Sportarten
Mi, 07.10.2020	Regionalversammlung Alzey
Mi, 07.10.2020	Regionalversammlung Mainz
So, 11.10.2020	Fachgebietsversammlung Trampolinturnen

Alle genannten Verbandstermine finden online via Microsoft Teams statt und werden auf unserer Homepage veröffentlicht. **Bei Interesse an einer Teilnahme wird um Anmeldung an goettelmann@rhtb.de gebeten.** Weitere noch ausstehende Terminierungen, wie die Fachgebietsversammlungen Gymnastik/Rhythmus/Tanz, Gerätturnen weiblich, Indica, Orientierungslauf und Schneesport, können ebenfalls auf der Homepage eingesehen werden.

Workbook: Sportverein 2030

SCHRITT FÜR SCHRITT IN DIE ZUKUNFT

Das Workbook lädt Sportbegeisterte ein, sich aktiv mit der Zukunft ihres eigenen Vereins auseinanderzusetzen. Es beinhaltet:

- konkrete Entscheidungshilfen, praktische Schritt für Schritt-Anleitungen
- hilfreiche Arbeitsmaterialien, neue Ideen
- zukunftsweisende Trends und vieles mehr

Du kannst das Workbook alleine oder im Team bearbeiten. Du kannst es zum Gegenstand von Workshops machen oder die Inhalte mit Vereinskollegen diskutieren. Der perfekte Begleiter für alle, denen die Zukunft ihres Sportvereins am Herzen liegt.

Infos unter vereine2030.de



Jugendfreizeiten
Familienfreizeiten
Sommerfreizeiten
Wassersport
Wandern

**Ski+
snowboard
schule**
Trappenberg



DER WINTER KANN KOMMEN !

Wir starten sicher in die Skisaison 2020/21!
**Erfahre mehr über unsere Konzepte im Umgang
mit Covid19 unter: corona.trappenberg.com**



facebook.com/trappenberg



ssctrappenberg

Wir empfehlen den Einsatz der



**CORONA
WARN-APP**



 **LOTTO**
Rheinland-Pfalz
Partner des Sports

