

Anmeldung* – bis zum 16.10.2016 – Niedersächsische Turnerjugend im NTB, Maschstraße 18, 30169 Hannover
 * Unter www.go-sports-infotagung.de kann man sich auch online anmelden.

Bitte diesen Abschnitt **IN DRUCKBUCHSTABEN VOLLSTÄNDIG** ausfüllen, an der gekennzeichneten Linie abtrennen und im frankierten Umschlag verschicken. **DIE ANMELDUNG IST VERBINDLICH UND WIRD NUR PER E-MAIL BESTÄTIGT!** Bei Nichtteilnahme an der gebuchten Veranstaltung wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe der Teilnahme-

gebühr einbehalten. Bei Vorlage eines ärztlichen Attests werden die Teilnahmegebühren erstattet. Der Anmeldende gibt sein Einverständnis, dass Bildmaterial der **go sports infotagung** sowohl in den NTB-Medien als auch in den LSB-Medien veröffentlicht werden darf.

Name, Vorname _____

Straße, Hausnr. _____

PLZ, Ort _____

Telefon, E-Mail _____

Verein/Institution _____

Geburtsdatum _____ ggf. Juleica-Nr. _____

Meine Kinder möchten an der Kinderbetreuung teilnehmen.

1. Vorname, Alter _____ 2. Vorname, Alter _____

SEPA-Lastschriftmandat

Gläubiger-Identifikationsnummer:
DE91LSB00000068753/LandesSportBund Niedersachsen e.V.
 Mandatsreferenz: **Diese wird Ihnen mit der Anmeldebestätigung mitgeteilt!**

Ich ermächtige den LandesSportBund Niedersachsen e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom LandesSport-Bund Niedersachsen e.V., auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.
Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name des Kreditinstitutes: _____

IBAN: _____

Abweichende/r Kontoinhaber/in:
 (wenn nicht mit Teilnehmerin bzw. Teilnehmer identisch ist) _____

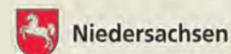
Ort, Datum _____ Unterschrift der Kontoinhaber/in/des Kontoinhabers
 (wenn nicht mit Teilnehmerin/Teilnehmer identisch) _____

Teilnahmegebühren: Erwachsene: 50,- EUR, Jugendliche unter 18 Jahre: 30,- EUR
 Juleica-Inhaberinnen und Juleica-Inhaber erhalten einen Rabatt von 10,- EUR
Kinderbetreuung: Pro Kind (Mindestalter 4 Jahre) 10,- EUR

Verlängerung der Juleica- und der Übungsleiter-Breitensport-Lizenzen:
 Anerkennung von 7 LE



Der Druck erfolgt aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen.



Anmeldung bis 16.10.2016

Trage hier die von dir gewünschten Workshops ein (z. B. WS 1-03).
 Aus jedem Block kann nur ein Workshop belegt werden, maximal also drei Workshops.

ACHTUNG: maximal 400 Teilnehmende!

Bei der Papier-Anmeldung bitte immer zwei Alternativworkshops angeben.
 Die Workshop-Plätze werden nach der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben.
Also schnell anmelden!

BLOCK 1:	WS	alternativ:	WS	WS
BLOCK 2:	WS	alternativ:	WS	WS
BLOCK 3:	WS	alternativ:	WS	WS

go sports infotagung nr

Samstag
05.11.2016
IGS Garbsen
9:00-18:00 Uhr



Fachtag für den Kinder- u. Jugendsport!

Am 05.11. ist es wieder soweit: die IGS Garbsen öffnet für alle Sportbegeisterten und Aktiven im Sportverein, in der Schule oder in der Kita ihre Tore!

Aufgepasst: Es gibt wieder „Just do it“ Workshops (in Blau): Hier wird einfach mitgemacht! Methodische Tipps oder theoretische Hintergründe bieten alle anderen Workshops.

Neu in 2016: die Kooperation mit der Akademie des Sports, Standort Clausthal-Zellerfeld. Workshops mit grüner Kennzeichnung bieten Themen, die sich dort hervorragend umsetzen lassen. Schaut am besten beim Präsentationsstand der Akademie (neben dem Infostand der Sportjugend) vorbei, Ansprechpartner: Jürgen Röbbcke, jroebbecke@akademie.lsb-nds.de.

Ausführliche Infos zu den Workshops unter: www.go-sports-infotagung.de

Sportjugend Niedersachsen, Akademie des Sports, Niedersächsische Turnerjugend und die Sportjugend des Regionssportbundes Hannover haben gemeinsam mit dem Sport-Fachbereich der IGS Garbsen ein abwechslungsreiches Fortbildungsprogramm zusammengestellt. In über 60 Workshops gibt es Abenteuer-, Natur- und Trendsport sowie Tanz, Fitness und Entspannung. Theorieworkshops runden das Programm ab. In den Pausen lädt der Infomarkt mit vielen Ständen zum Informieren, Stöbern und Shoppen ein.

09:30 Uhr Opening und Warm-Up für alle
 In diesem Jahr wird Dich der **Turntiger** mit seinem neuen Song wachrütteln. Nach der Anreise wirst Du die restliche Müdigkeit abschütteln und bist dann fit für die Workshops. Alle sind hierzu herzlich eingeladen!
 Freut euch auf einen Tag voller sportlicher Erlebnisse. Schnell anmelden und sich einen Platz im Favoritenworkshop sichern!

Wir freuen uns auf euch!



go sports infotagung

Workshop-Programm 05.11.2016

● „do it“ in Clausthal-Zellerfeld: Infos beim Stand der Akademie des Sports

● „Just do it“ Workshops: Einfach mitmachen und überraschen lassen.

Block 1: 10:15 Uhr-12:00 Uhr

WS 1-01 Deutsch lernen in Bewegung

Dr. Bettina Arasin – Viele Kinder sind nach Deutschland gekommen, die die deutsche Sprache nicht verstehen. Für die Altersgruppe von 8 – 14 lernst du Sportspiele kennen, die den Spracherwerb fördern helfen.

WS 1-02 Walking

Tina Barthel – Walking ist ein bewusstes Gehen mit wechselnden Geschwindigkeiten, Atemtechniken und dem Nutzen aller Dinge, die Dir die Natur bietet! Lass dich überraschen, was, bis hin zum gesunden Joggen, alles möglich ist.

WS 1-03 Senkrechtstarter

Ina Baumgart – Wir klettern. Ausserdem: Wer darf was, wo, für wen anbieten im Klettern – wir informieren Dich über Sicherheit und Weiterbildungsangebote.

WS 1-04 Starke Performance zur Gruppenleitung

Raphael Edoror – Mit Körpersprache, nachdrücklicher Betonung und einer Portion kreativer Improvisation kannst Du Deine Gruppe effizienter führen. Verschiedene Übungen aus dem Bereich der Schauspielerei.

WS 1-05 Pausenhofspiele

Monika Gümpel – Eine Palette von kleinen Spielen, die mit wenig Materialaufwand möglich sind.

WS 1-06 Yoga für Kinder und Jugendliche

Kerstin Henne – Es werden Yogaübungen und -spiele vorgestellt und vermittelt, wie man diese, für unterschiedliche Altersgruppen, anbieten kann.

WS 1-07 FlagFootball – Ein spielgemäßes Konzept

Marco Hildebrandt – Flag Football ist aus American Football entstanden und ist weniger körperbetont. Die spielgemäße Hinführung eignet sich gut für Schulklassen oder Jugendgruppen.

WS 1-08 LaGYM Dance-Feeling

Tina Nagler – Ein Trend für alle, die Lust haben auf fetzige Musik und Dance Feeling.

WS 1-09 Abenteuer Turnhalle

Sebastian Kobbe – Wie kommen Abenteuer und Erlebnis in die Turnhalle? Praxis und Tipps zu Auf- und Abbau von Gerätekombinationen, Erlebnisse ohne Materialaufwand und mit Alltagsmaterialien.

WS 1-10 Sportverletzungen behandeln (Theorie)

Anna-Lena Koch – Wie muss ich mich bei einer Verletzung verhalten? Wie kann ich durch tapen Verletzungen vorbeugen? Hier wird fachbezogene Erste Hilfe vermittelt.

WS 1-11 Mini-Trampolin in Schule und Verein

Anneke Langer – Das methodische Vorgehen zum Erlernen des Saltos (vrv/rw.) und die entsprechende Hilfestellung; Spielideen für den Einsatz des Mini Trampolins. (Rutschfeste Socken od. Turnschlappchen mitbringen)

WS 1-12 Die Stoffwechselexplosion

Chris Löffler – Der Körper und sein gesamtes System wird auf Hochtouren gebracht. Mit vielen funktionellen Übungen werden Intervalle in Zirkelform durchlaufen, um alles abzuverlangen, was man so in sich hat.

WS 1-13 „Nicht mit mir!“

Niklas Martin – Es wird das prämierte Gewaltpräventionskonzept „Nicht-mit-mir“ des Dt. Ju-Jitsu Verbandes vorgestellt. Ein Baukastensystem, welches für unterschiedliche Situationen Handlungsmöglichkeiten gibt.

WS 1-14 Turnen in der Schule

Katharina Meier zu Farwig – Grundlagen für die Grundschule: Übungen und Stationen sowie methodische Reihen, Tipps und Tricks, die im Alltag des Sportunterrichts nützlich sind.

WS 1-15 Spiel und Spaß mit dem Gummitwist

Sonja Müller – Spiel, Spaß und Fitnesstraining mit dem Gummitwist; tolle Ideen und Spielformen zur Verbesserung der Koordination und Kondition mit und ohne Musikeinsatz.

WS 1-16 Choreographieren lernen

Daniela Niemiets – Wie beginne ich eine Choreographie? Was ist, wenn mir Ideen fehlen? Wir greifen in die Zauberkiste der Profis und zeigen, mit welchen einfachen Mitteln man frische, originelle Ideen hervor holen kann.

WS 1-17 Ohne Haltung kein Behalten

Peter Pastuch – „Bewegtes Lernen“ macht das der Bewegung inne wohnende Prinzip der Rhythmisierung (Anspannung und Entspannung) erlebbar und nutzbar für erfolgreiches Lernen in Kita, Schule und Verein.

WS 1-18 Longboard

Niklas Pfitzner – Die Kontrolle des Brettes unter den Füßen: Carving, pushen und slowdown - der Surfsport trotz der Urbanisierung. Vielfältig sind die Einsatzgebiete des einfachen, zugleich herausfordernden Sportgerätes!

WS 1-19 Le Parkour – in der Halle

Dennis Rode – Ob á la „Le Parkour“ effizient über Hindernisse oder spektakulär als Freerunner unterwegs: Wände rauf, Mauern runter – rennen, springen, klettern, balancieren. Mit den Grundgedanken von Le Parkour schwingen wir uns geschmeidig über die guten alten Turngeräte.

WS 1-20 HOLF

David Senf – HOLF – das ist Spaß für Groß und Klein, eine Mischung aus Handball und Golf. Entwickelt vom Badischen Handball Verband kann es jeder Zeit ohne große Geräte gespielt werden, im Freien u. in der Halle.

WS 1-21 Sportliche Durstlöcher

Till Siekmann-Fuss – Wieviel Flüssigkeit sollte ein Sportler zu sich nehmen? Es gibt spezielle Sportlerlebensmittel. Halten diese ihre Versprechen unverzichtbar für hohe sportliche Leistungen zu sein? Sinn und Unsinn stehen im Fokus für den Ausbau der eigenen Handlungskompetenz.

WS 1-22 Drums Alive(R) – Flash Mob

Jennifer Voß – Drums Alive® ist ein ideales Medium für Aufführungen und Shows. Der eigene Rhythmus an den Trommeln inspiriert uns. Das Ergebnis lebt von Effekten. Schwerpunkt sind dabei Vers und Refrain.

Block 2: 13:30 Uhr-15:15 Uhr

WS 2-01 Erlebniswelt Turnhalle für die Kleinsten

Dr. Bettina Arasin – Theorie-Workshop: Welche Anregungen brauchen Kinder und Eltern i. d. ersten drei Lebensjahren? Kleine Videosequenzen machen deutlich, welche Entwicklungsschwerpunkte gefördert werden können. Praktische Anregungen für die eigenen Übungsstunden, auch wenn wir sie nicht selber ausprobieren.

WS 2-02 INDIAN BALANCE®

Tina Barthel – Dieses Training dringt in die Tiefe unseres Inneren und formt den gesamten Körper. Unterstützt durch von Hochlandindianern entwickelte Musik, welche sehr atmosphärisch wirkt.

WS 2-03 Kinder psychomotorisch fördern durch Bewegung: Materialerfahrung

Dr. Andrea Probst – Psychomotorik stärkt das Selbstkonzept des Kindes. Über Bewegung lernen Kinder viel über die Dinge, die uns umgeben. Spiele und Übungen zur Materialerfahrung, u. a. mit Alltagsmaterialien.

WS 2-04 Ballschule

Dennis Dörner – Das ABC für Anfänger – wie kann ich Kindern verschiedenen Alters spielerisch das Werfen, Fangen und Freilaufen vermitteln? Grundlage ist das Konzept der Heidelberger Ballschule.

WS 2-05 Various Genres of dance

Raphael Edoror – verschiedene Tanzstile in einem: von HipHop (lyrical, rnb, break etc.) über Pop und Videoclip bis hin zu afrikanischen Moves. Mach mit und erlebe die Vielfalt des Tanzens.

WS 2-06 TriloChi® zum Kennenlernen

Tina Nagler – Tauche ein in die Bewegungswelt von TriloChi®. Drei Säulen prägen dieses Konzept, welches die Energie/Chi in Dir weckt, mit ihr fließt und sie schliesslich in unserem Körper kultiviert.

WS 2-07 Den Geist durchlüften

Monika Gümpel – Bewegung für Denkpausen – spielen, singen, klatschen, tanzen: stehend, sitzend, alle zusammen, jeder für sich – ein Mix an Ideen für kleine Bewegungspausen.

WS 2-08 Staffelspiele

Christian Gustedt - Hier werden Staffelspiele vorgestellt, die die Schnelligkeit, Kraft und Ausdauer verbessern. Bei allen Spielen werden auch die koordinativen Fähigkeiten mitgeschult.

WS 2-09 Spiel ohne Grenzen

Marco Hildebrandt – Eine lustige Wettkampfalternative für Übungsstunden, Schul- und Vereinsfeste. Ideenschmiede für Lehrer, Trainer, Übungsleiter und alle die Spaß an der Bewegung haben.

WS 2-10 Shake the Brasils

Laura Hofsommer – Wenn du dein Ganzkörpertraining mit einem modernen Rücken- und Gesundheitstraining verbinden willst und dabei noch deine Wahrnehmung schulen möchtest, dann bist du hier genau richtig.

WS 2-11 Koordination- und Haltung

Anna-Lena Koch – Die eigene Körperstellung im Raum: stehe ich gerade? Was ist überhaupt ein gerader Rücken? Einfache Übungen und Spiele fördern ein besseres Körperbewusstsein bei Kindern und Jugendlichen.

WS 2-12 Fit für den Winter

Anneke Langer – Mach Dich fit für den Winter! Es geht hoch hinaus auf dem Großgerät Trampolin. Ein besonderes Kraft- und Koordinationstraining, das alle Altersklassen (ab 12 Jahren) begeistert.

WS 2-13 AirTrack

Keno Lentke – Airtrack: 12 Meter lang, 2 Meter breit und 30 cm hoch – als Matte mit Druckluft gefüllt bietet sie Möglichkeiten, neue Tricks und Turn-Basisfähigkeiten zu erlernen.

WS 2-14 Faszientraining

Chris Löffler – Gestern haben wir einzelne Muskeln trainiert, heute bauen wir ganze Muskelketten auf, und was kommt dann? Wir trainieren das endlose Faszienetz im Körper! Dies beeinflusst die Kraftentwicklung und Kraftübertragung, sowie die Feinabstimmung einer Bewegung nachhaltig.

WS 2-15 Selbstverteidigung

Niklas Martin – Gefahr erkennen und am besten vermeiden! Neben dem Selbstbehauptungsaspekt sollen einfache und leichte Techniken demonstriert und ausprobiert werden.

WS 2-16 Kreativer Kindertanz

Sonja Müller – Hier erwarten Dich kunterbunte Tanzideen, Tanzspiele und Tänze für verschiedene Altersgruppen, lass Dich überraschen!

WS 2-17 Rhythmus- und Musikgefühl

Daniela Niemiets – „...und fünf, sechs, sieben, acht!“ Zählen gehört zum Tanzen dazu, doch die authentische und tiefgehende Musikinterpretation durch Bewegung geht weit über die Zahlen hinaus. Entwickeln wir ein Bauchgefühl für Rhythmus und Musik.

WS 2-18 Massagen zum Entspannen

Alexandra Pfaff – spielerische Massagen & unterschiedliche Techniken, entweder in 5 min. zum Ausklang einer Stunde oder zur richtigen Entspannung in 20 min., für jeden ist etwas dabei, für Jugendliche & Erwachsene

WS 2-19 4XF Games

Christoph Steinke – Kuschel-Fitness war gestern! Aus Fitnessübungen, wie z. B. Klimmzüge, Kastensprünge, Seilsprünge wird ein herausforderndes Workout of the Day zu lauten Beats. Auch als attraktiver Programmpunkt bspw. für Vereinsfeste geeignet.

WS 2-20 Tanzen und spielen mit dem Turntiger

Anette Wrede – Gemeinsam mit dem Turntiger, dem Maskottchen vom Kinderturnen, aufregende Ideen für die nächste Kinderturnstunde kennenlernen. Der Turntiger ist überall dabei, versprochen!

WS 2-21 Bewegung in kleinen Räumen

Karin Zellmer – Wir werden Bewegungs- und Spielideen für Kinder (5-8 Jahre) erproben, die auch in engen Räumen ihren Schwung entfalten! Besonders gut für zwischendurch geeignet.

Block 3: 16:00 Uhr-17:45 Uhr

WS 3-01 Gut zu(m) Fuß

Bettina Arasin – Fast immer geschützt und versteckt im Schuh: der Fuß – und doch hat er uns so viel zu erzählen. Es lohnt sich, ihn gezielt zu trainieren: Du lernst die Reflexzonen kennen und sie spielerisch zu bearbeiten.

WS 3-02 Psychomotorik: Sozialerfahrung

Dr. Andrea Probst – Kinder psychomotorisch durch Bewegung fördern zur Stärkung des Selbstkonzeptes. Ein wesentlicher Faktor sind positive Sozialerfahrungen. Durch bewegte Spiele und Übungen soll das soziale Miteinander geübt und gefördert werden.

WS 3-03 Großgruppenspiele

Dennis Dörner – Ihr seid mit Kindern und Jugendlichen auf einer Sportfreizeit und wollt euch gerne spielend in der Natur bewegen. Diese Spielformen basieren meist auf Brettspielen (Siedler von Catan, Stratego), erfordern ausreichend Platz in der Natur und sind für große Gruppen bestens geeignet.

WS 3-04 Schwarzlicht – das Spiel mit der Illusion

Monika Gümpel – Schwarz gekleidete Akteure vor schwarzem Hintergrund lassen leuchtende Requisiten im Schwarzlicht erscheinen und bringen den Zuschauer zum Staunen. (Möglichst schwarze Kleidung mitbringen!)

WS 3-05 Unihockey/Floorball

Christian Gustedt – Unihockey ist Eishockey auf dem Handballfeld. Es birgt dieselbe Faszination und Spaßgarantie, einen unvergleichbaren Aufforderungscharakter mit geringem Verletzungsrisiko und einem ausgeprägten Fairness-Gedanken.

WS 3-06 Funktionelles Mattentraining

Laura Hofsommer – Trainiere effektiv deine Balance, deinen Beckenboden und deine Körpermitte nur mit Hilfe einer Matte und deinem eigenen Körpergewicht. Ein tolles Gruppentraining, welches ganz ohne Zusatzgeräte auskommt.

WS 3-07 Alltagsmaterialien – Geiz ist geil

Sebastian Kobbe – Alltagsmaterialien sind kostengünstige und vielfältig einsetzbare Spielgeräte. Wir probieren aus, welche außergewöhnlichen Bewegungserfahrungen damit möglich sind.

WS 3-08 Für Kids die mehr drauf haben

Anna-Lena Koch – Die heutige Ernährung wirkt sich negativ auf die Kinder aus - also soll mehr Sport betrieben werden. Das Kind findet sich in den meisten Fällen in einer Gruppe von schlanken und sportlichen Kindern wieder. Hier: ein Sportprogramm für Kids die mehr drauf haben.

WS 3-09 Tricking – AirTrack

Keno Lentke – Tricking ist eine relativ junge Sportart. Ihr werdet mit uns die Grundbewegungen dieser Sportart erlernen und sicher viel Spaß haben! www.youtube.com/watch?v=cpc1StRSYdg

WS 3-10 Funktionelle Beweglichkeit

Chris Löffler – Die Zusammenhänge des Körpers haben einen Einfluss auf unsere Beweglichkeit. Durch gezielte Maßnahmen kann man die funktionelle Beweglichkeit wieder herstellen und den Alltagsanforderungen gerecht werden.

WS 3-11 Lacrosse

Hannes Lüttig – Lacrosse ist ein Teamsport mit Schläger und Gummiball. Der Ball wird mit dem Schläger gefangen, getragen u. geworfen. Vermittlung der Grundtechniken, erste Spielerfahrungen.

WS 3-12 Helfen und Sichern

Katharina Meier zu Farwig – Bist du Übungsleiterin und möchtest, dass sich deine Aktiven vermehrt gegenseitig unterstützen? Oder brauchst du noch ein paar Tipps und Tricks beim Thema Helfen und Sichern? Dann bist du hier genau richtig!

WS 3-13 Modern Dance

Daniela Niemiets – Moderner Tanz zeichnet sich durch ein Wechselspiel von Spannung und Entspannung aus. In Verbindung mit Floorwork-Techniken, Drehungen und Sprüngen entstehen fließende Bewegungsabfolgen im Raum. Basis-Elemente verschiedener moderner Tanztechniken erweitern euer Bewegungsrepertoire.

WS 3-14 Miteinander spielen – nicht gegeneinander!

Peter Pastuch – Im Mittelpunkt stehen vom Referenten entwickelte Interaktionsspiele: Miteinander und voneinander lernen im Spiel!

WS 3-15 Inseln der Entspannung

Alexandra Pfaff – Wahrnehmungsspiele, kindgemäße Massagen und unterschiedliche Entspannungsverfahren

WS 3-16 Breakdance

David Senf – Breakdance, eine Mischung aus Tanz und Akrobatik hilft den Kindern ihre koordinativen Fähigkeiten (Rhythmusgefühl, Gleichgewichtsfähigkeit usw.) sowie Kraftfähigkeiten zu stärken. Hip Hop Kultur live erleben.

WS 3-17 Drums Alive® – Kids Beats

Jennifer Voß – Drums Alive® – Kids Beats macht einfach Spaß! Jedes Kind wird mit der Fähigkeit, Bewegung und Rhythmus zu fühlen, geboren. Integriere diese nächste Generation ganzheitlich fördernder Programme in deine Übungsstunde.

WS 3-18 Kleine Schätze im Geräteraum

Anette Wrede – Was lässt sich mit den allgegenwärtigen Kleingeräten aus den Geräteraum alles anstellen? Die Einsatzmöglichkeiten dieser kleinen Schätze werden neu entdeckt und ausprobiert. Eine bunte Spielesammlung für den spontanen Einsatz in Kinderturnstunden erwartet Dich.

WS 3-19 Ringen und Raufen

Thomas Juraschek – Regelgerechtes Ringen und Raufen im Sportunterricht. Von Körperkontakt aufnehmen bis zulassen, über Vertrauen und Kooperationsfähigkeit bis hin zu Gruppen- und Partnerkämpfen.