

**Workshop – Abrufangebote für Vereine und Schulen:**

Ansprechpartner: Tom Bohmfalk

Tel: (0491) 65025 \* Email: [t.bohmfalk@ots-ev.de](mailto:t.bohmfalk@ots-ev.de)

**Lehrgänge des NTB in unserer Region:**

14.04.2024 „Dance Contest in Wiesmoor“

04.05.2024 „Dance Contest Ostfriesland Danzt“ in Leer

30.08.-06-07.2024 „Rock the Beach, Dance Camp auf Borkum

**September 2024**

**Sternstunde in der Psychomotorik** L 06/24

am 07.09.24, 09:30-17:00 h, Leer (ÜL B/C)

**Nacken – Schulter Aktivierung** L 07/24

am 07.09.24, 10:00-14:00 h, Leer (ÜL B)

**Erste Hilfe in der Turnhalle** W 03/24

am 14.09.24, 10:00-14:00 h, Wittmund (ÜL C)

**Fitness mit neuroathletischen Aspekten** E 06/24

**und Entspannung**

am 21.09.24, 10:00-14:00 h, Emden (ÜL B/C)

**Fit mit „LINE DANCE“** E 07/24

am 28.09.24, 10:00-14:00 h, Emden (ÜL C)

Der NTB bietet 2024 in Leer folgende Aus- und Fortbildungen an: Einstiegslehrgang (30 LE); ÜL C Kinderturnen (90 LE); Trainer C Fitness&Gesundheit (90 LE); Aufbaulehrgang Gesundheitssport; ÜL B Rehabilitation – Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen.

Informationen und Anmeldungen über das NTB-Bildungsportal

Lehrgangsanmeldungen über

[www.ostfriesische-turnkreise.de](http://www.ostfriesische-turnkreise.de)

**Oktober 2024**

**Beckenbodentraining – Stabile Mitte** L 08/24

am 12.10.24, 10:00-14:00 h, Leer (ÜL B)

**Rehasport abwechslungsreicher und attraktiver gestalten (Orthopädie)** E 08/24

am 26.10.24, 10:00-14:00 h, Emden (ÜL B/C)



➤ **Herbstferien** 03.10.2024 bis 20.10.2024

**November 2024**

**Katz und Maus (Eltern-Kind-Turnen)** A 06/24

am 02.11.24, 09:30-12.30 h, Norden (ÜL C)

**Ostfriesisches Kinderturnabzeichen** L 09/24

am 16.11.24, 09:30-12:30 h, Leer (ÜL C)

**Dezember 2024 (keine Fortbildungen)**

➤ **Weihnachtsferien** 21.12.2024 bis 04.01.2025

**Lizenz-Verlängerungssystem**

Grundsätzlich müssen Fortbildungen über 15 LE (Lerneinheiten) innerhalb von 4 Jahren nachgewiesen werden, damit die Lizenz verlängert wird. Für die Verlängerung der Lizenz können zukünftig die Unterlagen digital eingereicht werden. Bitte hierzu einfach eine E-Mail an [Bildungsberatung@ntbwelt.de](mailto:Bildungsberatung@ntbwelt.de) mit kurzem Text und Anhang. Hinweis: Bitte die entsprechende(n) Lizenz(en) und die Fortbildungsnachweise als eine PDF anhängen.

Lehrgangsanmeldungen über

[www.ostfriesische-turnkreise.de](http://www.ostfriesische-turnkreise.de)



**Jahresprogramm 2024**

der ostfriesischen Turnkreise

Aurich – Emden – Leer – Wittmund

**NTB**

NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

OSTFRIESISCHE TURNKREISE



Kampagne  
**Tied för di**

Lehrgangsanmeldungen über

[www.ostfriesische-turnkreise.de](http://www.ostfriesische-turnkreise.de)

## Januar 2024

**Active Relaxion (Aktive Entspannung)** A 01/24  
am 20.01.24, 09:30-13:30 h, Wiesmoor (ÜL B)

## Februar 2024

**Wettkampfprogramm (Grundübungen des NTB),**

**Gerätturnen weiblich** L 01/24

am 04.02.24, 10:00-15:00 h, Detern (ÜL C)

**Pilates im Rehasport (Orthopädie)** A 02/24

am 10.02.24, 09:30-13:30 h, Wiesmoor (ÜL B)

**Bewegungsbaustelle–Entspannungsspiele** L 02/24

**-Spiele mit Naturmaterialien**

am 17.02.24, 09:30-14:00 h, Leer (ÜL C)

**Rückentraining ohne und mit Kleingeräten** L 03/24

am 24.02.24, 10:00-14:00 h, Leer (ÜL B)

## März 2024

**Parkour** W 01/24

am 02.03.24, 10:00-14:00 h, Wittmund (ÜL C)

**HipHop für Anfänger** E 01/24

am 09.03.24, 10:00-14:00 h, Emden (ÜL C)

**Erlebnis Eltern-Kind-Turnen** L 04/24

am 09.03.24, 10:00-15:00 h, Ostrhauderfehn (ÜL C)

**Fitness-Zirkel mit dem Steppbrett** A 03/24

am 16.03.24, 09:30-13:30 h, Wiesmoor (ÜL C)

## April 2024

**Airtrack** W 02/24

am 06.04.24, 10:00-14:00 h, Wittmund (ÜL C)

**Langweilige Hockergymnastik war gestern** E 02/24

am 13.04.24, 10:00-14:00 h, Emden (ÜL B/C)

**Beckenboden, Theorie und Übungen** E 03/24

am 20.04.24, 09:00-13:00 h, Emden (ÜL B)



Kampagne  
**Tied för di**

**Turnspiele neu entdeckt** -Indiaca, Prellball, n.n.

Völkerball, Schleuderball

(in Kooperation mit KSB Friesland/Wittmund)

am 20.04.24, 09:00-13:00 h, Ochtersum (ÜL C)

**Neue Trendsportart für Kinder „Ninja Warrior“** L 05/24

am 20.04.24, 09:30-14:00 h, Leer (ÜL C)

**Bumout und Depressionen** A 04/24

am 27.04.24, 09:30-13:00 h, Norden (ÜL C)

**Contemporary Dance für Anfänger und Fortgeschrittene**

am 27.04.24, 10:00-14:00 h, Emden (ÜL C) E 04/24

➤ **Osterferien** vom 17.03.2024 bis 31.03.2024

## Mai 2024

**Acht Brokate (TCM) und Aufwärmen** E 05/24

**durch Sport (Lungen- Herzsport)**

am 04.05.24, 09:30 – 13:30 h, Emden (ÜL B)

**Ahoj, Piraten! (Kinderturnen)** A 05/24

am 25.05.24, 09:30-12:30 h, Norden (ÜL C)

## Juni, Juli und August 2024

(keine Fortbildungen)

➤ **Sommerferien** 24.06.2024 bis 04.08.2024



Angebote über Veranstaltungen sind auf unserer

Homepage zu finden:

<https://ostfriesische-turnkreise.de/veranstaltungen/>

## NTB – Die ostfriesischen Turnkreise

- Turnkreis Aurich
- Turnkreis Emden
- Turnkreis Leer
- Turnkreis Wittmund
- sowie weitere NTB- Informationen über

<https://ntbwelt.de/>

## Ostfriesischer Turn- und Sportförderverein (OTS)

➤ [www.ots-ev.de](http://www.ots-ev.de)

### Kontaktadresse:

Geschäftsstelle der Ostfriesischen Turnkreise

Große Straße 11

26721 Emden

➤ Telefon: (04921) 40 873

➤ Email: [info@ostfriesische-turnkreise.de](mailto:info@ostfriesische-turnkreise.de)

### Geschäftszeiten:

Mo. 08:30 – 12:00 Uhr / Di. 08:30 – 12:00 Uhr

Mi. 08:30 – 12:00 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr

Do. 08:30 – 12:00 Uhr

Lehrgangsanmeldungen über

[www.ostfriesische-turnkreise.de](http://www.ostfriesische-turnkreise.de)

- LG-Nr. A .... = Turnkreis Aurich
- LG-Nr. E ..... = Turnkreis Emden
- LG-Nr. L ..... = Turnkreis Leer
- LG-Nr. W ..... = Turnkreis Wittmund