

Juli 2023 (keine Fortbildungen)



➤ **Sommerferien** 06.07.2023 bis 16.08.2023

August 2023 (keine Fortbildungen)

Workshop – Abrufangebote für Vereine und Schulen:

- Ostfr. Abzeichen Einradturnen
- Ostfr. Abzeichen Rope-Skipping
- Ostfr. Kinderturnabzeichen
- Akrobatik - Grundelemente
- Airtrack – Einführung
- Streetdance
- Projekt „Sportpicknick“

Ansprechpartner: Tom Bohmfalk

Tel: (0491) 65025 * Email: NTB.Bohmfalk@t-online.de

September 2023 (keine Fortbildungen)



Lehrgangsanmeldungen über
www.ostfriesische-turnkreise.de

Oktober 2023

- Trendevent „Tanzen“** L 09/23
am 07.10.23, 10:00-17:00 h, Bunde
- Pilates in der Prävention** E 03/23
am 07.10.23, 10:00-14:00 h, Emden
- Kinderturnen „Tanzen, Spielen und mehr“** L 10/23
am 28.10.23, 10:00-13:00 h, Leer

➤ **Herbstferien** 15.10.2023 bis 31.10.2023

November 2023

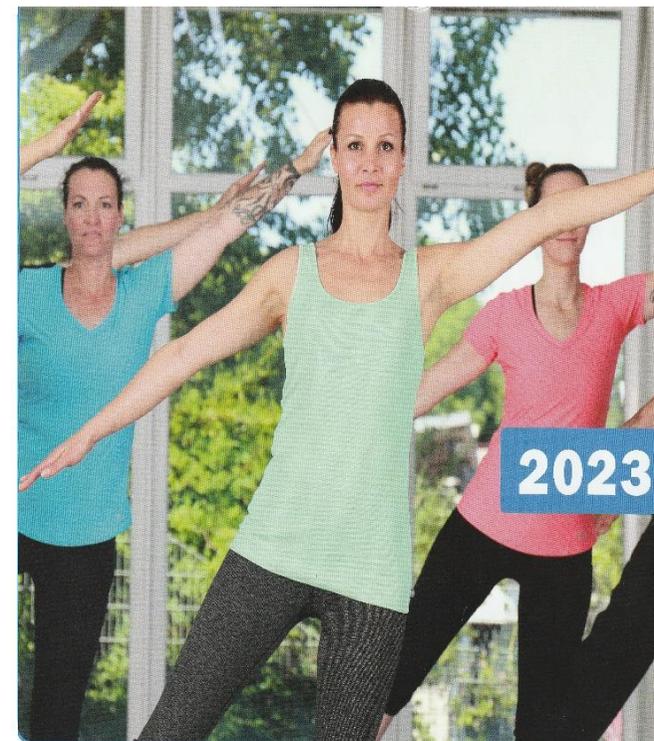
- Kinderturnen „Bewegte Abenteuer“** L 11/23
am 04.11. 23, 09:00-13.30 h, Leer
- Kinderturnen „Tschu,Tschu-die Eisenbahn“** A 04/23
am 04.11.23, 14:30-17:30 h, Norden
- Funktionstraining/Spiel + Spaß mit dem Petziball** L 09/23
am 18.11.2023, 09:30-13:25 h, Leer
- Einrad – Picknick** L 12/23
am 18.11.23, 15:00-18:00 h, Bunde

Dezember 2022 (keine Fortbildungen)

➤ **Weihnachtsferien** 27.12.2023 bis 05.01.2024



Lehrgangsanmeldungen über
www.ostfriesische-turnkreise.de



Jahresprogramm der ostfriesische Turnkreise Aurich - Emden - Leer - Wittmund

#SPORT
VEREINT
UNS



Kampagne
Tied för di

NTB
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

Lehrgangsanmeldungen über
www.ostfriesische-turnkreise.de

Januar 2023

Übungen mit der Slashpipe (Wasserröhre) L 01/23

am 14.01.23, 10:00-13:00 h, Leer

Februar 2023

Grundlagen und Body-Styling, Step-Aerobic L 05/23

am 04.02.23, 09:30-12:30 h, Leer

Pilates in der Prävention L 02/23

am 11.02.23, 10:00-14:00 h, Leer

Workout trifft Beckenboden A 01/23

am 25.02.23, 09:30-14:00 h, Wiesmoor

9. Ostfriesische Turnshow „Bewegungstied“

am 25.02.23, 15:00 h, „Sparkassen-Arena“ in Aurich

➤ www.ostfriesische-turnshow.de

März 2022

Kinderturnen-Bewegungsideen für Kinder L 03/23

am 04.03.23, 10:00-14:30 h, Leer

Pilates und Beckenbodenübungen L 04/23

mit dem Jacaranda-Ball

am 11.03.23, 10:00-13:00 h, Leer

Kinderturnen-Turnstunde ohne Geräteaufbau A 03/23

am 11.03.23, 14:30-17:30 h, Norden

Rücken aktiv und mobil A 02/23

am 18.03.23, 09:30-14:00 h, Wiesmoor

Faszien Training E 01/23

am 25.03.23, 10:00-14:00 h, Emden

Einführung und Vorstellung des Ostfriesischen Rope-

Skipping- Abzeichens und des Seilspring- Abzeichens

am 18.03.23, 09:30 bis 12:30 h, Leer L 13/23

April 2023

Öffentlichkeitsarbeit Turnabteilung L 14/23

(Kooperation Stabsstelle Ehrenamt LK Leer)

am 17.04.23, 18:30-20:00 h, Leer

➤ Osterferien vom 26.03. 2023 bis 11.04.2023

Mai 2023

Kinderturnen - Frühlingserwachen L 06/23

am 06.05.23, 13:30 – 17:30 h, Leer

Einrad - Abzeichen L 07/23

am 13.05.23, 10:00-13:00 h, Leer

Das Knie - Gangschulung L 08/23

am 13.05.23, 10:00-15:00 h, Leer

Juni 2023

Qigong - Einführung E 02/23

am 03.06.23, 10:00 bis 17:00 h, Emden



Angebote über Veranstaltungen sind auf unserer

Homepage zu finden:

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



Kampagne
Tied för di

Lehrgangsanmeldungen über
www.ostfriesische-turnkreise.de

NTB – Die ostfriesischen Turnkreise

- Turnkreis Aurich
 - Turnkreis Emden
 - Turnkreis Leer
 - Turnkreis Wittmund
 - sowie weitere NTB- Informationen
- www.ntbwelt.de

Ostfriesischer Turn- und Sportförderverein (OTS)

➤ www.ots-ev.de

Kontaktadresse:

Geschäftsstelle der Ostfriesischen Turnkreise

Große Straße 11

26721 Emden

➤ Telefon: (04921) 40 873

➤ Email: 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

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