

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

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

➤ Herbstferien 15.10.2023 bis 31.10.2023

November 2023

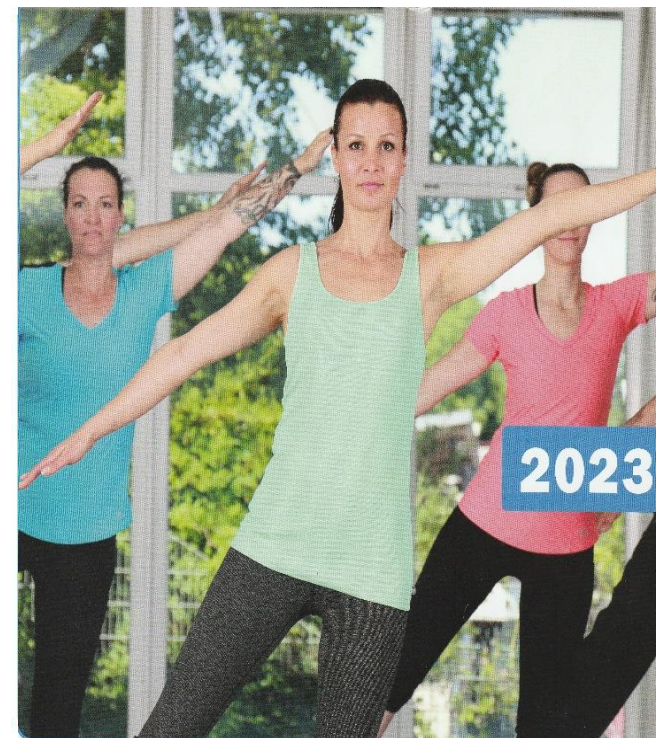
<u>Kinderturnen „Bewegte Abenteuer“</u>	L 11/23
am 04.11. 23, 09:00-13.30 h, Leer	
<u>Kinderturnen „Tschu,Tschu-die Eisenbahn“</u>	A 04/23
am 04.11.23, 14:30-17:30 h, Norden	
<u>Funktionstraining/Spiel + Spaß mit dem Petziball</u>	L 09/23
am 18.11.2023, 09:30-13:25 h, Leer	
<u>Einrad – Picknick</u>	L 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 mit dem Jacaranda-Ball L 04/23
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 L 13/23
am 18.03.23, 09:30 bis 12:30 h, Leer

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