Sommer 2025

www.wtb.de

TurnZeit

WTB
WESTFÄLISCHER TURNERBUND



Foto: DTB/Tom Weller

- **Turnfeste: IDTF und LTF26**
- Neues aus der Bildung
- Gesundheit: Detox

Feuerwerk der Turnkunst
EUROPAS ERFOLGREICHSTE TURNSHOW

20 % Rabatt
mit dem Code
WTB-AVL2NA

VIVA
TOURNEE 2026

02.01.2026, 18:30 Uhr
Dortmund
Westfalenhalle

05.01.2026, 15 & 19:30 Uhr
Bielefeld
Seidensticker Halle

TICKETS & INFORMATIONEN
Tickets online platzgenau buchen unter www.feuerwerkderturnkunst.de.
Tickets ab 20,90 €, zzgl. Vorverkaufsgebühr. (0511) 980 97 98.

WTB Westfälischer Turnerbund · PRG · Volkswagen · Sport-Thieme · Neue Westfälische · Sparkasse Dortmund · Volksbank in Ostwestfalen · Ruhr Nachrichten





Liebe Leser,

das Resümee des DTB-Präsidenten Alfons Hölzl zum IDTF Leipzig 2025 fiel sehr positiv aus. Und wer dabei war, wird bestätigen, dass Turnfeste immer wieder einmalig und faszinierend sind. Als Teil von Sportdeutschland tragen der Turnsport und insbesondere die Turnfeste eine besondere Verantwortung: sie stehen für Werte wie Fairness, Toleranz und Teamgeist.

Bei Turnfesten zählen nicht nur Höchstleistungen, sondern das Miteinander. Hier kommen Menschen mit unterschiedlichsten kulturellen Hintergründen, körperlichen Voraussetzungen und sportlichen Ambitionen zusammen und können gemeinsam aktiv sein.

Sie sind einfach der Beweis dafür, dass Großveranstaltungen ohne Gewalt, Ausschreitungen und Streit möglich sind. Ich bin der Meinung, dass der Turnsport seiner besonderen Verantwortung dabei immer wieder nachkommt und in Sportdeutschland damit eine Vorbildfunktion hat.

Diese Ausgabe haben wir deshalb auch dem Thema Turnfest gewidmet. Denn nach dem Deutschen Turnfest ist vor dem NRW-Landesturnfest. Das wird 2026, wie bereits 2019, in der Heimatstadt des Westfälischen Turnerbundes stattfinden. Dass Hamm Turnfest kann, hat es vor sechs Jahren bewiesen. Wir freuen uns schon jetzt auf diese Hammer Großveranstaltung, die zum 800-jährigen Geburtstag der Gastgeberstadt stattfinden wird.

Bitte merkt Euch den 3. – 7. Juni 2026 unbedingt vor und kommt nach Hamm!

Viel Spaß beim Lesen der zweiten Ausgabe der TurnZeit wünscht Euch Eure

Kirsten Brüggemann

Inhalt

2|25











Editorial 3

Titelthema Turnfeste 6
Das Turnfest in Leipzig 2025 8
Der WTB beim Turnfest Leipzig 9
Die Stadiongala 11
Wahlwettkämpfe 16
5. NRW-Landesturnfest 2026 18
Volunteers gesucht 22
Als Showgruppe zum LTF26 22

Sportkolumne 24

Turnen 25
Turn-EM 2025 in Leipzig 25
Jugend trainiert für Olympia 28
Schulsport 30

Buchvorstellung 31
Trampolin – Schwerelosigkeit leicht gemacht: das Buch zum DTB-Basisschein

Fitness und Gesundheit 32
Die Europäische Woche des Sports – #BeActive 32

Zwei langjährige Referentinnen hören auf 34

Bildung 37
Safe Sport 37
Fachtagung Kinderturnen 42
Pilates – gesunder Weg zu mehr Wohlbefinden 44
Spannende Lehrgänge – freie Plätze 45

Gesundheit 38
Detox

Events 41
Tanzwerkstatt – Tänze aus aller Welt

Aus dem Verband 46
Landesturnschule Oberwerries wird zukunftsfähig

Menschen 48

Pinnwand 50

Informationen 51













Inhalt

Deutsche Turnfeste

Deutsche Turnfeste seit 1960

Das erste Deutsche Turnfest, mit der genauen Bezeichnung 1. Deutsches Turn- und Jubelfest, fand im Jahr 1860 in Coburg statt. Für die Turnbewegung sollte es ein bedeutendes Ereignis werden, legte es doch den Grundstein für viele weitere Turnfeste in den folgenden Jahren. Die Turnfeste fanden unter ganz unterschiedlichen Bezeichnungen statt. Die Namensänderungen im Laufe der Jahre spiegeln verschiedene historische, politische und organisatorische Entwicklungen wider.

Historische Anlässe

Einige Turnfeste wurden nach besonderen Jubiläen oder Ereignissen benannt, wie z.B. das Deutsche Turn- und Jubelfest zur Feier eines besonderen Jahrestages.

Politische Einflüsse

Während der Zeit des Nationalsozialismus und nach dem Zweiten Weltkrieg wurden die Namen der Turnfeste oft an die politischen Gegebenheiten angepasst. Zum Beispiel durfte das Turnfest 1948 aufgrund der Anordnung der alliierten Besatzungsmächte nicht als Deutsches Turnfest bezeichnet werden und wurde stattdessen Frankfurter Turnfest genannt. Zudem gab es auch Turnfeste in der DDR, wie 1983 das Turn- und Sportfest in Leipzig.

Organisatorische Änderungen

Mit der Zeit haben sich auch die Strukturen und Organisationen hinter den Turnfesten verändert, was sich in den Namen widerspiegelte. Seit 2005 wird das Turnfest beispielsweise als Internationales Deutsches Turnfest bezeichnet, um die internationale Beteiligung zu betonen



Stadiongala des Deutschen Turnfestes in Leipzig 2025



Das Turnfest Leipzig 2025

Das Internationale Deutsche Turnfest Leipzig 2025 ist Geschichte. Und wieder war es eine einmalige, bewegende, bunte und faszinierende Veranstaltung, die vom 28. Mai – 1. Juni 2025 in der lebendigen Sportstadt in Sachsen stattfand. Und das bereits zum 13. Mal. Ein besonderes Highlight war sicherlich, dass der DTB es geschafft hat, die Turn-EM 2025 nach Leipzig zu holen und damit eine attraktive Veranstaltung in das Turnfest zu integrieren. „Das Internationale Deutsche Turnfest war in diesem Jahr mehr denn je ein Spiegelbild unseres Verbandes und vereinte Kinderturnen mit Angeboten aus Fitness und Gesundheit, einem umfassenden Breitensport sowie dem Spitzensport. Hinzu kamen Sportarten, die nicht zum DTB gehören und somit Sportdeutschland u.a. mit Ständen des Deutschen Handballbundes oder Deutschen Basketball Bundes vertreten waren, resümierte DTB-Präsident Dr. Alfons Hölzl. Besonders hervorzuheben sind zudem die Erfolge während der Heim-EM. Deutschland war die erfolgreichste Nation bei dieser Turn-EM und für uns waren es die erfolgreichsten Europameisterschaften seit 2010."

Die Präsenz des IDTF Leipzig in den Medien war groß. Bemerkenswert war die positive Berichterstattung ohne nennenswerte Zwischenfälle, Übergriffe, Randale – wie bei ähnlich großen Sportveranstaltungen. Die Beschreibung einer Leipzigerin in einem Interview mit einem Fernsehsender ist da bezeichnend: „Ich habe hier so viele freundliche und lustige Menschen gesehen. Alles ist friedlich und die Stimmung ist einfach entspannt. Die Turnerinnen und Turner sind wirklich nette Menschen."



Die Chronologie der Deutschen Turnfeste

1860 Coburg	1953 Hamburg
1861 Berlin	1954 Leipzig
1863 Leipzig	1956 Leipzig
1872 Bonn	1958 München
1880 Frankfurt/Main	1959 Leipzig
1885 Dresden	1963 Essen
1889 München	1963 Leipzig
1894 Breslau	1968 Berlin
1898 Hamburg	1969 Leipzig
1903 Nürnberg	1973 Stuttgart
1908 Frankfurt/Main	1977 Leipzig
1913 Leipzig	1978 Hannover
1922 Leipzig	1983 Frankfurt/Main
1. Deutsches Arbeiter-Turn- und Sportfest	1983 Leipzig
1923 München	1987 Berlin
1928 Köln	1987 Leipzig
1929 Nürnberg	1990 Dortmund/Bochum
2. Deutsches Arbeiter-Turn- und Sportfest	1994 Hamburg
1933 Stuttgart	1998 München
1938 Breslau	2002 Leipzig
1948 Frankfurt/Main	2005 Berlin
(1. Turnfest nach dem Zweiten Weltkrieg. Aufgrund der Anordnung der alliierten Besatzungsmächte durfte es jedoch nicht als Deutsches Turnfest bezeichnet werden)	2009 Frankfurt/Main
	2013 Mannheim
	2017 Berlin
	2021 Leipzig *(geplant, aufgrund Corona abgesagt)*
	2025 Leipzig



V.l.: WTB-Geschäftsführer Carsten Rabe, WTB-Präsident Manfred Hagedorn und WTB-Vizepräsident Uwe Goclik

Der WTB beim Turnfest Leipzig

Natürlich war auch der WTB mit einem Team in Leipzig dabei. In der Glashalle der Leipziger Messe präsentierten sich die westfälischen Turner an einem Messestand. Ihre Mission: Werbung machen für das 5. NRW-Landesturnfest 2026 in Hamm. Gemeinsam mit Vertretern der nächsten Turnfeststadt wurde die Werbetrommel kräftig gerührt.

Der westfälische Landesturnverband-Stand entpuppte sich dabei als Publikumsmagnet. Nicht nur aktuelle Informationen zum nächsten Landesturnfest 2026 in Hamm waren gefragt. Das Glücksrad wurde so gut angenommen, dass die Mitarbei-



Heiß begehrt – das WTB-Glücksrad



Das WTB-Team am Messestand

tenden des WTB die Öffnungszeiten einschränken mussten. Immerhin gab es neben kleinen Giveaways tolle Preise zu gewinnen, die sehr begehrt waren.

Auch die Idee einer Kartentauschbörse wurde von den Besuchern des Turnfestes gerne angenommen. „Viele Leute waren so dankbar, dass wir das gemacht haben. Die Tauschbörse hat uns wirklich den ganzen Tag traffic beschert“, erzählt WTB-Mitarbeiterin Georgina Smeilus. Das Branding für das LTF26 war zudem so auffällig, dass der WTB-Stand immer gut zu finden war.

Gut angekommen war auch die Rundreise einer kleinen WTB-Delegation durch die Schulen, in de-



nen WTB-Vereine die Frühstücksbetreuung übernommen haben. Mit kleinen Geschenken bedankte sich der WTB bei den engagierten Vereinen und drückte so seine Wertschätzung für diesen ehrenamtlichen Einsatz aus.

Tolle Idee – eine Kartentauschbörse





Die Stadiongala –
bunt, fröhlich, begeisternd



Foto: DTB/Tom Weller

Die Stadiongala kann zurecht als das Herzstück bei Deutschen Turnfesten bezeichnet werden. In Leipzig zauberten 3.500 Mitwirkende eine Riesenshow auf die Rasenfläche der Red Bull Arena. Neben Topstars des Turnsports wie Barren-Weltmeister Lukas Dauser oder Olympiasiegerin Darja Varfolomeev sind es die zahlreichen Aktiven aus 135 Vereinen unterschiedlicher Landesturnverbände, die mit ihren Großgruppengestaltungen ein einzigartiges Flair in die Stadiongala bringen. Internationale Showgruppen aus Japan, Finnland, der Schweiz und Dänemark sorgten mit ihren Showacts zusätzlich für ein unvergessliches Erlebnis.

Das musikalische Highlight der Stadiongala 2025 war die Leipziger Band Die PRINZEN. Alle gemeinsam präsentierten sie unter dem Motto Leipzig verbindet! die Geschichte der Turnfeststadt sowie die Vielfalt und Faszination des Turnsports.



Die westfälischen Teilnehmenden an der Stadiongala

Stadiongala 2025 – und die Westfalen waren dabei!

Eigentlich war die Frage, ob denn der WTB wieder mit einigen Teilnehmerinnen an der Stadiongala mitwirkt, überflüssig. Denn es ist Tradition, dass westfälische Turnerinnen das Großgruppenbild bei den Galas der letzten Deutschen Turnfeste mitgestaltet haben. Dieses Mal waren es 102 Aktive aus 13 westfälischen Vereinen.

Ein starkes Team – Marlies Schmale und Doris Tölle

Mit Marlies Schmale und Doris Tölle hat der WTB zwei Frauen, bei denen die Fäden zur Teilnahme an der Stadiongala zusammenlaufen. Marlies Schmale ist seit 50 Jahren leidenschaftlicher Turnfestfan und hat 1975 ihre erste Weltgymnaestrada in Berlin besucht.

„Beim IDTF 2025 in Leipzig besteht meine Aufgabe darin, das Fitnessbild (Walking-Stöcke und Yogamatten) zu konzipieren, zu choreografieren und in den Bundesländern zu schulen."

Doris Tölle arbeitet seit mehr als einem Jahr im Arbeitskreis Stadiongala mit und ist dort für die Teilnehmendenbetreuung zuständig. „Alle Informationen, die für die beteiligten Mitwirkenden in den vier Großgruppenbildern wichtig sind, werden von mir in Zusammenarbeit mit einer hauptamtlichen VdT-Mitarbeiterin (VdT = Verein deutscher Turnfeste) zusammengetragen und an die Vereinsgruppen kommuniziert. Daneben bin ich das Pendant zu Marlies, indem ich die Choreografie des Fitness-Teilbildes mit Yogamatten an die Mitwirkenden vermittle."

Doris und Marlies sind zusammen ein starkes Team, die es geschafft haben, 102 Teilnehmende aus den unterschiedlichsten Vereinen Westfalens für



das aktive Mitmachen zu motivieren. „Die Teilnahme an der Stadiongala bietet für jeden Teilnehmer eine große Bühne“, erklärt Marlies Schmale die Motivation, viele Stunden zu üben und viel Freizeit in Turnhallen für die Proben zu investieren. „Das Gefühl vor 30.000 Zuschauern zu stehen, in einem gut choreografierten Bild, bietet sich so schnell nirgendwo anders.“

Für Doris Tölle spielt aber auch die soziale Komponente eine große Rolle. „Die Mitwirkenden schätzen das Miteinander, freuen sich auf ein Wiedersehen mit Gleichgesinnten und sind bereits mit dem Turnfest-Virus infiziert. Und: Ich bin stolz darauf, ein Teil davon zu sein.“

Christiane Johner, Mitwirkende aus Bielefeld, bringt ihre Motivation auf den Punkt: „Mich motiviert das gemeinsame Bewegen mit vielen Gleichgesinnten und die Aufführung in großen Stadien mit besonderer Atmosphäre.“

Man muss kein Leistungssportler sein

Das Großgruppenbild ist bewusst breitensportlich orientiert. Das Fitnessbild ist in eine Variante mit Nordic-Walking-Stöcken und eine mit Yogamatten aufgeteilt. Dadurch werden unterschiedliche Schwierigkeitsgrade angeboten, so dass niemand überfordert wird. Die Choreografie ist bewusst niederschwellig, so dass jeder einen Part findet, in dem er sich wohlfühlt und der seinem Können entspricht. Dass auch das Alter keine Rolle spielt, zeigt das Alter der ältesten Teilnehmerin. Ilse Mesch aus Lemgo sieht man ihre 87 Jahre nicht an, wenn sie über die Rasenfläche wirbelt.

Fit gemacht wurden die Aktiven bei gemeinsamen Proben im Vorfeld des Turnfestes (zwei Proben in Oberwerries und eine Probe in Neu-Isenburg mit allen Bundesländern) und einer Generalprobe in Leipzig. Ansonsten bleibt nur eine Möglichkeit: zuhause fleißig alleine üben. Annegret Burre vom TSV Rischenau zieht allerdings das gemeinsame Proben vor. „Zu Hause geht es nur mittels Video und Musik. Das Proben in der Gemeinschaft finde ich eindeutig besser.“

Wer bei der Stadiongala mitmacht, muss viel Engagement mitbringen. Denn als Aktive bekommt man vom Turnfest nicht mehr viel mit und ist zeitlich gebunden. „Eine Probe und die Generalprobe in Leipzig nehmen noch einmal sehr viel Zeit in Anspruch bei der Kürze des Turnfestes“, erläutert Christiane Johner die Einschränkungen als Mitwirkende bei der Stadiongala.

In einem Punkt waren sich aber alle einig: Wir freuen uns auf das Turnfest Leipzig!

Zwei persönliche Fragen an Marlies Schmale und Doris Tölle

Was begeistert Euch persönlich an der Stadiongala?

Doris: Die Großartigkeit dieser Veranstaltung ist in jeder Hinsicht überragend. Als AK-Mitglied habe ich zum ersten Mal einen Blick hinter die Kulissen und bin überwältigt von der Vielzahl an Aufgaben und dem reibungslosen Miteinander aller Beteiligten. Dazu gehören Technik, Gerätetransport, Regie, Sicherheit und nicht zuletzt jeder einzelne Volunteer und Sportler auf dem Rasen, die perfekt aufeinander abgestimmt sein müssen. Für mich ist die Vielseitigkeit des Turnens, das generationen- und geschlechterübergreifende Miteinander sowie das Nebeneinander von Leistungs- und Breitensport eine Herzensangelegenheit.

Marlies: Bei der Stadiongala sind bunt, fröhlich und begeisternd die Schlagworte. Hier arbeiten 3500 Menschen hochengagiert und aktiv zusammen, um das Turnen für alle allen zu zeigen. Dieses Miteinander ohne Wettkampf bedeutet mir sehr viel.

Ihr seid mit soviel Herzblut dabei. Warum?

Marlies: Es ist schon das Musketierprinzip: „Einer für alle, alle für einen“: Wir investieren sehr viel Zeit und Vorbereitung in dieses Projekt, damit sich unsere Turnerinnen wohlfühlen. Zurück kommt soviel Freundlichkeit, Anerkennung und Herzlichkeit, dass keine Minute zu viel investiert ist. Vielen Dank an alle Teilnehmerinnen, die keine Kosten und Anstrengungen scheuen, um den Spirit des Turnens weiterzugeben.



Doris: Ich bin in einem Turnverein aufgewachsen und war schon seit meiner Kindheit von großen Sportveranstaltungen begeistert. Es hat mich immer besonders motiviert, mein sportliches Können vor Publikum zu präsentieren. Mittlerweile habe ich einen Punkt erreicht, an dem ich andere mit meiner Begeisterung anstecken kann, und ich freue mich sehr, dass mir das wieder einmal gelungen ist. Die Freude über eine gelungene Probe, die Aufregung vor Beginn der Show und der Stolz nach einer erfolgreichen Vorstellung sind Gefühle, die alle Teilnehmenden kennen.

Wahlwettkämpfe

Vielseitigkeit und Individualität

Wahlwettkämpfe haben einen besonderen Stellenwert bei Turnfesten. Sie bieten eine einzigartige Plattform, auf der Turnerinnen und Turner ihre Vielseitigkeit und individuellen Fähigkeiten unter Beweis stellen können. Diese Wettkämpfe sind breitensportlich orientiert und nicht nur ein sportliches Highlight, sondern auch ein Fest der Gemeinschaft und des gemeinsamen Erlebens. Wettbewerbe in dieser Form und Vielfalt gibt es ausschließlich bei Turnfesten.

Was sind Wahlwettkämpfe?

Aus den Sportarten Gerätturnen, Gymnastik, Leichtathletik, Schwimmen, Trampolinturnen und Rope Skipping kann sich jeder Teilnehmer seinen Lieblingswettkampf zusammenstellen. In vier Disziplinen müssen die Turner dann ihre Vielseitigkeit beweisen. Das können sowohl vier Übungen einer Sportart sein, also ein sog. Fachwettkampf, oder vier Übungen aus unterschiedlichen Sportarten, ein sog. Mischwettkampf.





Was macht Wahlwettkämpfe so besonders?

1. **Vielseitigkeit:** Die Teilnehmer können aus verschiedenen Fachgebieten wählen und ihren individuellen Mehrkampf (z.B. Vierkampf oder Dreikampf) zusammenstellen. Dies fördert die Entwicklung einer breiten sportlichen Basis und ermöglicht es den Athleten, ihre Stärken in unterschiedlichen Disziplinen zu zeigen.
2. **Altersübergreifend:** Wahlwettkämpfe sind für alle Altersklassen offen. Von jung bis alt - jeder kann teilnehmen und seine Fähigkeiten unter Beweis stellen. Dies fördert den Austausch zwischen den Generationen und stärkt das Gemeinschaftsgefühl.
3. **Individuelle Auswahl:** Die Teilnehmer haben die Möglichkeit, zwischen traditionellen gemischten Wettkämpfen und Fachwettkämpfen in bestimmten Sportarten zu wählen, je nach individuellen Interessen und Fähigkeiten.
4. **Punktesystem:** Um die Leistungen in den verschiedenen Disziplinen vergleichbar zu machen, werden die erzielten Punkte umgerechnet und so der endgültige Punktwert pro Disziplin ermittelt. Dies sorgt für Fairness und Transparenz bei der Bewertung.



Beispiele für Wahlwettkämpfe

- **Gemischter Wettkampf:** Hier können die Teilnehmer Disziplinen aus verschiedenen Sportarten kombinieren, wie z.B. Gerätturnen, Leichtathletik und Schwimmen. Diese Art des Wettkampfs fördert die Vielseitigkeit und ermöglicht es den Athleten, ihre Fähigkeiten in unterschiedlichen Bereichen zu zeigen.
- **Fachwettkampf:** Bei diesen Wettkämpfen wählen die Teilnehmer Disziplinen innerhalb einer bestimmten Sportart, z.B. nur Trampolinturnen oder nur Gymnastik. Dies ermöglicht eine tiefere Fokussierung und Spezialisierung auf eine bestimmte Disziplin.

Die Bedeutung der Wahlwettkämpfe

Wahlwettkämpfe werden ausschließlich bei Turnfesten angeboten. Sie sind ein wichtiger Bestandteil der Turnfestkultur, bringen Menschen zusammen, fördern den Teamgeist und schaffen unvergessliche Erlebnisse.

Wahlwettkämpfe sind mehr als nur ein sportlicher Wettbewerb. Neben der sportlichen Vielseitigkeit ist der Austausch zwischen den Sportlern und die Gemeinschaft ein wichtiger Aspekt. Die Möglichkeit, Disziplinen nach eigenen Vorlieben zu wählen, macht viel Spaß und motiviert die Teilnehmer.

Die Vielfalt der Disziplinen und die individuelle Auswahl machen diese Wettkämpfe zu einem einzigartigen Erlebnis für alle Beteiligten.

Wahlwettkämpfe beim IDTF 2025 Leipzig

- Wahlwettkampf Mix (Mischwettkampf)
- Wahlwettkampf Leichtathletik (Fachwettkampf)
- Wahlwettkampf Schwimmen (Fachwettkampf)
- Wahlwettkampf Jump (Fachwettkampf Trampolinturnen und Rope Skipping)
- Wahlwettkampf Gerätturnen (Fachwettkampf)
- Wahlwettkampf Gymnastik (Fachwettkampf)



Titelthema

5. NRW-Landesturnfest 2026

Hamm kann Turnfest

Foto: Torsten Hübner/Stadt Hamm



Die westfälische Stadt Hamm wird Gastgeberin des 5. NRW-Landesturnfestes 2026 sein, und das nicht zum ersten Mal. Nach 1910, 1930, 1950, 1971, 2000 und 2019 lädt die Lippestadt zum siebten Mal die Turner ein, vier Tage Sport, Spiel, Spaß und Emotionen zu erleben. Schon 2019 hat sich gezeigt: Hamm kann Turnfest!

Außerdem feiert die Stadt Hamm 2026 ihren 800-jährigen Geburtstag. Grund genug, das LTF26 nach Hamm zu holen und gemeinsam dieses geschichtsträchtige Ereignis zu feiern. Zudem ist Hamm die Heimatstadt des Westfälischen Turnerbundes, der sich besonders auf ein Turnfest zuhause freut.



Hamm – sportliche Stadt und grüne Oase am Wasser

Die Sportinfrastruktur in Hamm könnte nicht besser sein. Zahlreiche gut ausgestattete Sporthallen und -stätten stehen für die vielen Wettkämpfe im Rahmen des Turnfestes zur Verfügung. Doch auch sonst gibt es in der westfälischen Stadt viel zu entdecken und zu erleben. Hamm ist eine grüne Stadt, liegt direkt an der Lippe und dem Dattel-Hamm-Kanal und ist damit ein attraktives Ziel für Radler, Spaziergänger und Wanderer. Zahlreiche Sehenswürdigkeiten laden die Turnfestgäste ein, besichtigt zu werden. Wie wäre es mit einem Besuch im größten Hindutempel Europas? Oder beim weltweit größten Glaselefanten, dem Wahrzeichen der Stadt? Museum, Schlösser, attraktive Einkaufsmöglichkeiten – das alles werden unsere Turnfestteilnehmer genießen können.

Die Lage am Wasser von Lippe und Datteln-Hamm-Kanal hat einen besonderen Reiz. Das Wasser spielt seit der Stadtgründung 1226 eine wichtige Rolle in Hamm. Ob für Kanuten, Kapitäne oder Wakeboarder auf dem Haarener See: Hamm ist ein Paradies für Wassersportler.

Neu eingeweiht und ein echter Hingucker ist die neue Kanalkante am Datteln-Hamm-Kanal mit einer grünen Verbindung direkt in die Innenstadt zur Pauluskirche. Vor der Kirche wird beim LTF26, wie schon 2029, die Magnetbühne stehen, die von morgens bis abends mit einem tollen Programm Anziehungspunkt für alle Turnfestteilnehmer und Besucher sein wird.

Turnfestmeile beim Landesturnfest 2026 – mittendrin und voller Bewegung!

Im grünen Gürtel zwischen Pauluskirche und Kanalkante entsteht zur Turnfestzeit ein lebendiger Treffpunkt für Groß und Klein: Die Turnfestmeile. Umgeben von Wasser, Natur und urbanem Flair lädt sie mit Mitmachaktionen, Bewegungsangeboten und bunten Infoständen zum Verweilen, Ausprobieren und Erleben ein. Der traditionelle Tuju-Treff wird hier integriert und auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. Zentrumsnah und dennoch im Grünen – der ideale Ort für ein Fest der Begegnung, Bewegung und Begeisterung!

Der Turn Warrior kommt zum LTF26 nach Hamm!

Sucht Ihr neue Herausforderungen, um Eure turnerischen Fähigkeiten unter Beweis zu stellen? Dann freut Euch auf den Turn Warrior beim LTF26 in Hamm. Der Hindernisparcours unter dem Namen Turn Warrior wurde vom Hessischen Turnverband entwickelt. Hier werden Eure Fertigkeiten hart auf die Probe gestellt. Der Parcours ist gespickt mit Ringen, Netzen, Rutschen, Seilen, Stangen u.v.m., angelehnt an das Fernsehformat Ninja Warrior. Es fordert Geschick, Ausdauer und ganz viel Körperbeherrschung. Der Turn Warrior wird das Highlight auf der Turnfestmeile beim 5. NRW-Landesturnfest 2026 in Hamm sein.



www.nrw-landesturnfest.de







Volunteers gesucht! Wir suchen Dich!

Hast Du Lust, als Volunteer beim 5. NRW-Landesturnfest 2026 dabei zu sein? Als Volunteer hast Du die Möglichkeiten, mit uns gemeinsam das größte Breitensportfest in NRW aktiv mitzugestalten und hinter die Kulissen eines Großevents zu schauen.

Die unterschiedlichsten Aufgabenbereiche warten auf Dich wie z.B.:

- Turnfestmeile
- Quartiere
- Logistik
- Öffentlichkeitsarbeit / Social Media
- Wettkämpfe
- Besuchermanagement

Eure Einsatzzeiten variieren nach dem gewünschten Aufgabenbereich.

Volunteer Benefits

- Volunteer T-Shirt
- kostenfreies ÖPNV-Ticket
- kostenfeie Unterbringung in einer Gemeinschaftsunterkunft
- Zugang zur Dankeschön-Party
- Kennenlernen vieler netter Menschen
- Sammeln wertvoller Erfahrungen bei der Organisation einer Großveranstaltung

Zeigt uns Eure Show – Turngala, Eröffnungsfeier oder Magnetbühne

Ihr möchtet einmal auf einer großen Bühne stehen? BeimLTF26 habt Ihr viele Möglichkeiten dazu!

Magnetbühne

Auf der Magnetbühne im Zentrum der Stadt habt Ihr die einmalige Chance, Eure Show einem großen Publikum zu präsentieren.

Dance, Gymnastik, Turnen, Artistik? Alleine, zu zweit oder als Gruppe? Hier könnt Ihr zeigen, was in Euch steckt.

Eröffnungsfeier

Mit einer feierlichen Eröffnung starten wir in vier fantastische Turnfestage. Für das Bühnenprogramm am ersten Turnfestabend suchen wir Showgruppen, die mit ihrem Auftritt zeigen, wie vielfältig, bunt und mitreißend das Turnen ist.

Turngala

Die Turngala ist ein Highlight beim LTF26. Und genau so sollen die Acts sein, die am Freitagabend in der WestPress Arena Hamm das Programm gestalten.

Hier ist Eure Kreativität, turnerisches oder tänzerisches Können und Ausdrucksstärke gefragt, um das Publikum in ihren Bann zu ziehen. Ob Turnen, Tanz, Akrobatik, Rhythmische Sportgymnastik oder Rope Skipping – gerne darf es auch eine Mischung aus allem sein. Wir freuen uns auf Eure Choreografien.

Bei der Turngala bieten wir:

- eine große Bühne mit professioneller Licht- und Tontechnik
- die Chance, Teil eines unvergesslichen Show-Events zu werden
- und natürlich das beste Publikum

So könnt Ihr Euch für die LTF26-Shows bewerben

Sendet uns schon jetzt Eure Bewerbungen mit

- Eurem Wunsch, in welchem Bereich Ihr auftreten möchtet: Eröffnung, Turngala, Magnetbühne
- einer kurzen Vorstellung Eurer Gruppe und Eurer Show
- einem Video Eurer Show oder eines aktuellen Auftritts
- technischen Anforderungen (Musik, Platzbedarf, Requisiten)



Schickt Eure Bewerbungen an
Westfälischer Turnerbund
Lisa-Marie Heinrichs
Zum Schloss Oberwerries
59073 Hamm

oder per E-Mail an heinrichs@wtb.de

www.nrw-landesturnfest.de



Breitensport und Leistungssport – eine gute Verbindung

Von Kirsten Brüggemann



Kaum ein sportliches Großevent bietet eine solche sportliche Vielfalt wie ein Turnfest. Ob bei Deutschen Turnfesten oder Landesturnfesten – hier kommen Breiten- und Gesundheitssportler ebenso auf ihre Kosten wie Leistungs- und Spitzensportler.

Und dann sind da Momente, in denen der Sport seine verbindende Kraft entfaltet.

Ein solcher Moment ist jedes Mal aufs Neue die Stadiongala beim IDTF oder die Turngala bei Landesturnfesten. Hier treffen nicht nur Sportbegeisterte aus den unterschiedlichsten Sportarten des Turnens aufeinander, sondern auch Welten, die oft getrennt voneinander existieren: der Leistungssport und der Breitensport. Was sie verbindet, ist ihre Leidenschaft für Bewegung, Rhythmus und Ausdruck, also für das Turnen in seiner ganzen Vielfalt.

Und eine gemeinsame Show mit tausenden von Aktiven vor tausenden Zuschauern kann nur funktionieren, wenn man gemeinsam arbeitet, sich gegenseitig respektiert und voneinander lernt. In einer solchen Gala ist die Leistung eines Deutschen Meisters genau so viel wert, wie die synchron getanzte Choreografie einer Seniorengruppe.

Außerdem gehört viel Herzblut und ehrenamtliches Engagement dazu, um so eine fantastische Show, wie sie in Leipzig zu sehen war, auf die Beine zu stellen. Die Teilnehmenden müssen im Vorfeld zusammengebracht, koordiniert und geschult werden. Stundenlange Proben, lange Anfahrten – all das muss ehrenamtlich gestemmt werden. Denn nur so sind die Turngalas finanzierbar.

Die wertvolle Verbindung von Breitensport und Leistungssport, wie wir sie bei Turnfesten erleben, ist einmalig und zeigt, wie stark der Sport sein kann, wenn er auf Ehrenamtlichkeit, Begeisterung und Zusammenhalt baut.

Und wenn ehrenamtliches Engagement sichtbar gemacht wird, wie bei einer Turngala, ist es für die Aktiven Anerkennung genug und braucht keinen finanziellen Lohn.



Das Turn-Team Deutschland der Frauen mit ihrer Silbermedaillie

Turn-EM 2025 in Leipzig

Erfolgreiche Heim-EM für das Turn-Team Deutschland

Die Heim-EM in Leipzig wurde für das Turn-Team Deutschland zu einem historischen Triumph – und einem emotionalen Abschiedsfest. Mit drei EM-Titeln und insgesamt sechs Medaillen übertraf das deutsche Team alle Erwartungen. Traurig hingegen war der Abschied von zwei deutschen Turngrößen, die ihre Karriere beenden.

Sieger, Erfolge, Abschiede, Sturz – die EM 2025 in Kürze

Deutsche Frauen holen Team-Silber

Das junge deutsche Team mit Helen Kevric, Karina Schönmaier, Lea Quaas, Janoah Müller und Silja Stöhr überraschte mit Silber im Mannschaftswettbewerb – die erste Team-Medaille seit 2022. Sie platzierten sich hinter Italien und vor Frankreich. Besonders stark die Leistung von Karina Schönmaier, die sich für mehrere Gerätefinals qualifizierte.



Karina Schönmaier

Karina Schönmaiers erfolgreiche EM

Die 19 Jahre alte Chemnitzerin Karina Schönmaier kann auf eine erfolgreiche EM zurückblicken. Mit ihren zwei Gold- und einer Silbermedaille zählte sie zu den großen Stars bei der EM 2025. Nach dem Silbererfolg mit dem Team sicherte sie sich den Sieg beim Sprung, was letztmalig Oksana Chusovitina im Jahr 2008 gelang. Hinzu kam die überraschende Goldmedaille im Mixed-Team zusammen mit Timo Eder.

Helen Kevric mit Gold-Hoffnungen und schwerem Sturz

Helen Kevric qualifizierte sich als Drittbeste für das Mehrkampf-Finale und war Top-Favoritin am Stufenbarren. Im Finale stürzte Kevric beim Sprung bei der Landung und zog sich eine schwere Patellasehnen-Verletzung zu.

Elisabeth Seitz verlässt die Turnbühne

Deutschlands erfolgreichste Turnerin Elisabeth Seitz erklärte im Rahmen der Heim-EM am 29. Mai 2025 offiziell ihren Rücktritt vom Leistungssport. Eine Schulterverletzung verhinderte ihren geplanten letzten internationalen Wettkampf. Der DTB dankte der Sportlerin für ihre einzigartige Karriere

Mixed-Team mit Überraschungsgold

Gemeinsam mit Karina Schönmaier gewann Timo Eder Gold im erstmals ausgetragenen Mixed-Wettbewerb – ein neuer EM-Wettbewerb, der auch bei Olympia 2028 eingeführt wird. Im spannenden Finale gegen Großbritannien erzielte Eder am Reck

Nils Dunkel am Seitpferd

Helen Kevric





13,333 Punkte, Schönmaier am Balken 12,233 Punkte – zusammen reichte das für 25,566 Punkte und den Sieg.

Nils Dunkel wird Europameister

Nils Dunkel zeigte bei der Turn-EM 2025 in Leipzig eine herausragende Leistung und krönte sich am letzten Wettkampftag zum Europameister am Barren. Für seine nahezu fehlerfreie Übung erhielt er 13,900 Punkte, die ihn zum Sieg führten. Es war der erste deutsche EM-Titel am Barren seit Marcel Nguyen 2012

Adreas Toba verabschiedet sich

Ein würdiger Abschied vom aktiven Turnsport gelang Andreas Toba. Mit 14,000 Punkten holte er sich die Silbermedaille am Reck und musste sich nur dem Litauer Robert Tvorogal geschlagen geben. Damit verabschiedete sich Toba bei der Turn-EM 2025 mit einem emotionalen Höhepunkt und wurde von den Zuschauern mit Standing Ovations gefeiert.

Andreas Toba







Platz 4 im Teamfinale

Das Team mit Andreas Toba, Nils Dunkel, Timo Eder, Milan Hosseini und Dario Sissakis verpasste die Bronzemedaille hauchdünn – nur 0,231 Punkte fehlten für einen dritten Platz, der an Italien ging. Die Goldmedaille holte sich Großbritannien und verwies die Schweiz auf den Silberrang.

Karina Schönmaier und Timo Eder

Helen Kevric nach ihrem Sturz

Fotos: DTB/Tom Weller



V.l.: Luisa Sasse, Trainerin Lara Glagow, Amelie Wolf, Julie Krede, Charlotte Kleine-Cosack, Anni Hoffmann, Lehrerin Katharina Schalk, Luana Gohl

Jugend trainiert für Olympia

Bronze-Sieger im Bundesfinale Gerätturnen

Am 21. Mai fand in Berlin das Frühjahrsfinale Jugend trainiert für Olympia in Berlin statt. Mit dabei sechs Turnerinnen des Goethe-Gymnasiums Dortmund. Und wohin führte der erste Weg im schicken Dress die Goethe-Turnerinnen in Berlin? Natürlich! Zum Brandenburger Tor. Hier holten sich Charlotte Kleine-Cosack, Anni Hoffmann, Luana Gohl, Amelie Wolf, Julie Krede und Luisa Sasse schon mal das richtige Feeling für das Bundesfinale Jugend trainiert für Olympia. Und das Feeling täuschte nicht: Mit Schwung startete das Sextett in den Wettkampf; alles klappte wie am Schnürchen! Nach einem bangen dritten Durchgang, den es abzuwarten galt, bevor die endgültigen Sieger feststanden, feierten die Goethe-Mädchen bei den U14-Mädchen sich als Bronze-Sieger unter den 16 Bundesländern! Was für ein Erfolg!

Beschwingt machte sich das Team in der Folge auf einen Streifzug durch die Hauptstadt: Und gut, dass man die Medaille fest im Griff hatte: Denn im Illusionsmuseum verschwammen Wahrnehmung und Wahrheit, Sinnestäuschung und Tatsache; der Bronze-Sieg aber blieb Wirklichkeit. Da konnte man im Reichstag sogar Glückwünsche von Bundestagsabgeordneten entgegennehmen.

Dass die Schülerinnen nicht nur sportlich einiges drauf haben, zeigten sie in einer profunden Diskussion zu politischen Fragen mit dem Bundestagsabgeordneten Max Lucks. Kinderarmut, Klimawandel, Kinderrechte – Themen, die es in sich haben. Und die Erkenntnis der begleitenden Lehrerinnen: Dieses Team ist ein ganz besonderes: kluge Köpfe, sportlich fit: mens sana in corpore sano.

Ein Erfolg auch für die kooperierende Arbeit der Eliteschule des Sports mit den Talentzentren, dem Landesleistungszentrum Turnen und den Grundschulen.

Kirsten Braun

Weitere Ergebnisse aus dem Bereich Gerätturnen

U16 Mädchen (ehemals WK III)
1. Gesamtschule Lindenthal Köln (Nordrhein-Westfalen)
2. IGS Mainz-Bretzenheim (Rheinland-Pfalz)
3. Gymnasium am Kattenberge Buchholz (Niedersachsen)

U14 Mädchen (ehemals WK IV)
1. Theodor-Fontane Gymnasium Strausberg (Brandenburg)
2. Otto-Hahn-Gymnasium Karlsruhe (Baden-Württemberg)
3. Goethe-Gymnasium Dortmund (Nordrhein-Westfalen)

U14 Jungen (ehemals WK IV)
1. Lise-Meitner-Gymnasium Unterhaching (Bayern)
2. Windeck-Gymnasium Bühl (Baden-Württemberg)
3. Gymnasium Melle (Niedersachsen)



V.l.: Birgit Zörner, Dezernentin für Soziales und Sport, Henrik Ziethoff (Ausschuss für den Schulsport), Katharina Schalk (Lehrerin), Anni Hoffmann, Luisa Sasse, Luana Gohl, Dirk Rosenthal (AfS), v.v.l.: Charlotte Kleine-Cosack, Julie Krede, Amelie Wolf, Kirsten Braun (Lehrerin), Schulleiter Christof Nattkemper

Schulsport

Lehrerfortbildung im Bereich Turnen



Der Schulsport hat einen hohen Stellenwert im Westfälischen Turnerbund. Der WTB-Arbeitskreis Schule und Verein hat sich zum Ziel gesetzt, das Turnen im schulischen Umfeld zu etablieren und die Bereiche Schule und Vereine zu vernetzen. Die Schulwettkämpfe NRW YoungStars (Grundschule) und die Schulwettkämpfe II/III und IV (weiterführende Schulen) fallen in den Aufgabenbereich des AK Schule und Verein. Außerdem bietet der WTB in Zusammenarbeit mit den Bezirksregierungen Arnsberg, Münster und Detmold und ab 2025 auch für die Bezirksregierungen Köln und Düsseldorf, also für ganz NRW nun, jährlich turnspezifische Fortbildungen für Lehrkräfte, Referendare und Mitarbeitende an.

Module für ein vielseitiges Turnen im Schulsport

Schulformen: P und SEK I

Inhalte der Fortbildung

- Erlernen turnerischer Grundelemente – gewusst wie!
- Gerätturnen leicht gemacht: Sprung, Barren, Balken, Boden
- AirTrack - Akrobatik für alle
- Functional Training im Gerätturnen
- Erlass zur Sicherheitsförderung im Schulsport
- Aufwärmspiele
- Turnspiele: Korbball, Pellball, Indiaca, Faustball und Orientierungslauf
- Pickleball

(Änderungen/Ergänzungen vorbehalten)

Termin: 7. – 8. Oktober 2025
Ort: Landesturnschule Oberwerries
Kosten: 80,– inkl. Ü/V
Moderation: Julia Böger (Westfälischer Turnerbund und BiS)
Sonstige Hinweise: Dieser Lehrgang ist eine gemeinsame Veranstaltung des WTB und der Bezirksregierungen Arnsberg, Münster und Detmold, er kann zur Verlängerung des ÜL-C mit 15 LE genutzt werden.

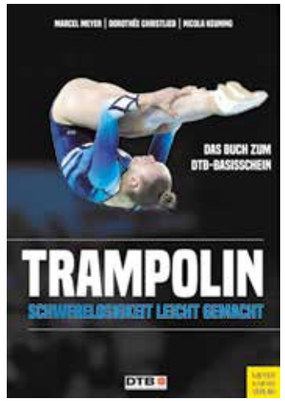
Anmeldung unter https://events.dtb-gymnet.de. Unter Stichwort/Eventnummer die LG-Nr. 25691044 eingeben.



Trampolin –

Schwerelosigkeit leicht gemacht: das Buch zum DTB-Basisschein

Die Neuauflage des Trainingsbuchs Trampolin – Schwerelosigkeit leicht gemacht von M. Meyer, D. Christlieb und N. Keuning erscheint am 19. Mai 2025 im Meyer & Meyer Verlag und ist DAS Buch zum DTB-Basisschein.



Trampolinturnen ist keineswegs nur eine Sportart für Leistungssportler, sondern bietet gerade auch für den Breitensport in Schule und Verein vielfältige Möglichkeiten. Das besondere Augenmerk der Autoren gilt deshalb den methodischen und didaktischen Aspekten des Trampolinturnens. Anhand zahlreicher Bildreihen zeigen sie, wie die einzelnen Sprungvarianten in abwechslungsreichen Spiel- und Übungsformen leicht erlernt werden können. Das vorliegende Buch ist als Begleitbuch für den Trampolin-Basisschein-Lehrgang sehr zu empfehlen. Dem Minitramp und dem Doppelminitramp sind jeweils ein eigenes Kapitel gewidmet.

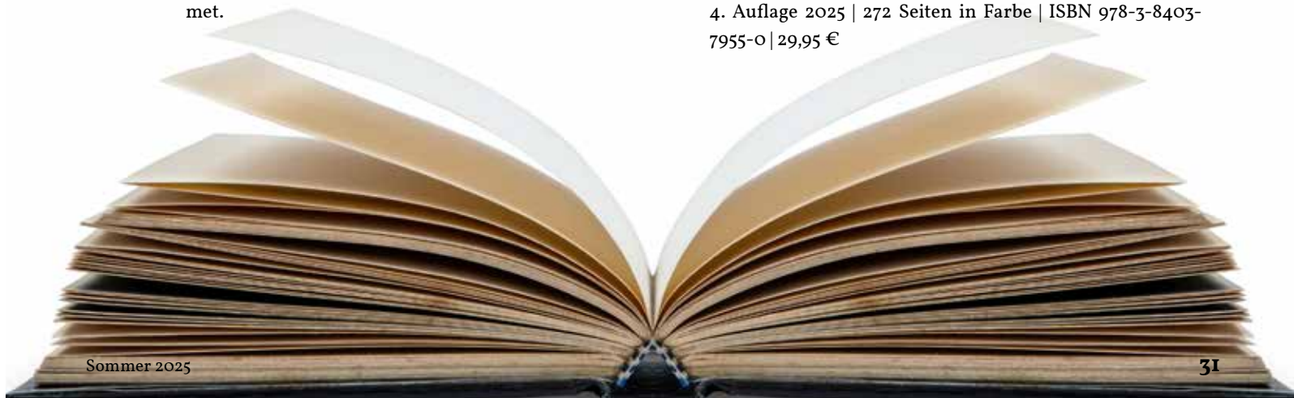
Darüber hinaus geben die Autoren wertvolle Hinweise und Anleitungen zur Gestaltung von Übungsstunden, zum Aufbau einer Trampolingruppe, zu Wettkampfformen und -bestimmungen, zu Fragen der Sicherheit sowie zum Gerät selbst.

Marcel Meyer absolvierte 1998 sein Sportstudium. Er ist seit 1984 als Trampolinturner aktiv und startete mehrmals in der Bundesliga. 1997 wurde er zum Bundesjugendfachwart des Fachgebietes Trampolinturnen im Deutschen Turner-Bund gewählt.

Dorothée Christlieb ist lizensierte Trainerin und internationale Kampfrichterin für den Bereich Trampolin. Seit 1972 betreut sie Vereinsgruppen bei nationalen sowie internationalen Wettkämpfen. Dem Landesfachausschuss Trampolinturnen in Niedersachsen gehört sie seit 1984 an und ist seit 1993 Mitglied des Technischen Komitees Trampolinturnen im Deutschen Turner-Bund.

Nicola Keuning ist Diplom-Betriebswirtin und arbeitet als Trampolin-Trainerin.

Marcel Meyer, Dorothée Christlieb, Nicola Keuning
Trampolin – Schwerelosigkeit leicht gemacht
4. Auflage 2025 | 272 Seiten in Farbe | ISBN 978-3-8403-7955-0 | 29,95 €





Die Europäische Woche des Sports – #BeActive

Was ist die Europäische Woche des Sports?

Die Europäische Woche des Sports ist eine große Bewegungskampagne, die in ganz Europa stattfindet. Jedes Jahr im September gibt es viele verschiedene Sport- und Bewegungsangebote – überall und für alle. Viele Vereine, Städte, Schulen und Unternehmen machen mit und bieten eigene Aktionen an. Das Ziel: Mehr Menschen sollen sich bewegen und Spaß an Sport haben.

Das Motto: #BeActive

Das Motto (also der wichtigste Satz der Kampagne) heißt #BeActive. Das ist Englisch und bedeutet: Sei aktiv! Es geht darum, Bewegung in den Alltag zu bringen – nicht nur in dieser Woche, sondern das ganze Jahr.

Für wen ist die Europäische Woche des Sports?

Alle können mitmachen: Kinder und Jugendliche, Erwachsene und ältere Menschen.

Wer bringt die Menschen in Bewegung?

Viele Menschen und Gruppen machen eine #BeActive-Veranstaltung und bringen andere in Bewegung. Dazu gehören:

- Sportvereine und Sportverbände
- Schulen und Firmen
- Städte und Fitnessstudios
- Alle, die Lust haben, andere zu motivieren!

Wer Freude an Bewegung hat, kann sie weitergeben!

Was passiert in dieser Woche?

Überall gibt es Sportveranstaltungen. Zum Beispiel: Sportkurse und Probetrainings, Bewegungstage in Schulen und Firmen, Aktionen von Sportvereinen, große Events mit bekannten Sportlern.

Warum gibt es die Europäische Woche des Sports?

Immer mehr Menschen bewegen sich zu wenig. Das ist nicht gut für die Gesundheit. Die Europäische Woche des Sports will das ändern!

Sie zeigt:

- Bewegung ist wichtig für den Körper und den Kopf
- Sport macht Spaß – besonders zusammen mit anderen
- Jede Bewegung zählt!



Wer steckt hinter der Kampagne?

Die Europäische Kommission hat die Aktion gestartet. Das Bundesministerium des Innern (BMI) unterstützt sie. In Deutschland organisiert der Deutsche Turner-Bund (DTB) die Woche seit 2016 mit viel Engagement und Freude.

Wer mehr zur Europäischen Woche des Sports erfahren möchte findet unter www.beactive-deutschland.de viele weitere interessante Informationen.

Quelle: beactive-deutschland.de



Zwei langjährigen Referentinnen hören auf

Karin Gärtner und Renate Kullmann-Bragulla verabschieden sich

Beim Westfälischen Turnerbund verabschieden sich zwei langjährig tätige Referentinnen aus den Ausbidungen im Fitness- und Gesundheitssport. Zum einen Karin Gärtner, die jahrelang die Tr-C-Ausbildung Fitness und Gesundheit leitete, zum anderen Renate Kullmann-Bragulla nach 23-jähriger Referententätigkeit in der Tr-B-Ausbildung Sport in der Prävention.

Verabschiedung Karin Gärtner

Karin Gärtner stieg 2005 in die Tr-C-Ausbildung als Referentin ein. Dass daraus noch weitere 202 Ausbildungen und mit knapp 400 Trainern wurden, hätte sie selbst sicher nicht gedacht.

Ab 2008 übernahm Karin die Nachfolge von Andrea Reiffer (Meiser) als Lehrgangsleitung. Das Team Tr-C Fitness bilden zurzeit Doris Tölle, Michaela Reimann, Dr. Carolin Waltert, Julia Holzrichter und 2024 neu dazugekommen sind Anna-Julia Greiling und Merisa Rohoff.

Den Job als Lehrgangsleitung von Karin übernimmt jetzt erst einmal für ein Jahr Doris Tölle. In den Ausbildungen des WTB bedeutet das, nicht nur eigene Lehrgangsthemen zu unterrichten, sondern den Gesamtüberblick zu behalten, sowohl über den Verlauf der Entwicklung der Lehrgangsgruppe als auch über die Inhalte der Ausbildung, die sich in den Jahren stetig weiterentwickelten, sowie letztlich die Koordinierung der Einsatzzeiten der anderen nebenberuflich tätigen Referenten in enger Abstimmung mit dem hauptberuflich verantwortlichen Bildungsreferenten in der Geschäftsstelle, also Stephan Gentes, zu treffen.



Stephan Gentes verabschiedet Karin schweren Herzens

Diesem fällt der Abschied von Karin Gärtner daher sichtlich schwer. Stephan Gentes beschreibt ihre Eigenschaften so:

- nie krank, wenn Einsatz war
- selbstbewusst
- klare Ansagen, wenn notwendig
- kompetent
- immer wertschätzend und respektvoll
- offen und lösungsorientiert
- nie fokussierend
- herzlich und einfach ein netter sympathischer Mensch



In jeder Situation ein Lächeln parat: Karin Gärtner

Daraus lässt sich die hohe Wertschätzung und Sympathie herauslesen! Aber auch Karin behält die Ausbildungen beim WTB in guter Erinnerung: „Ich nehme mit ganzem Herzen die Erinnerung an mein tolles Referententeam und die unfassbare Vielfalt der TN in der Fitness-Ausbildung mit. Die Freude, die Inhalte der Ausbildung aktiv mitgestalten zu können und manchmal auch den Stress, diese umgestalten zu müssen.

Und natürlich die absolute Unterstützung von Stephan Gentes bei schwierigen Situationen."

Außerdem ist nicht zu unterschätzen, dass so ein Lehrgangswochenende in Oberwerries auch immer die ein oder andere organisatorische Herausforderung bedeutet. Da gilt es als Lehrgangsleitung einen kühlen Kopf zu behalten und nicht gleich beim ersten Wasserschaden in Panik zu verfallen oder sich mit anderen Lehrgangsleitungen wegen einer unvorhergesehenen Hallendoppelbelegung zu einigen.

Das alles hat Karin stets mit Bravour, Humor und Kooperationswillen gemeistert!

Natürlich bleiben nach so vielen Jahren lustige Anekdoten im Gedächtnis, die bei der Verabschiedung am 21.3.2025 noch einmal thematisiert wurden. Man erinnerte sich an die vielen Abende mit Spielen, Gesang und Glockenläuten oder die Sketche der Teilnehmer bei den Berg- und Abschlussfesten in der Guten Stube.

Wir sind uns sicher, dass auch Karin das alles ein bisschen vermissen wird und wir freuen uns auf jeden ihrer zukünftigen Besuche in ihrem Wohnzimmer als ganz normale Lehrgangsteilnehmerin oder wenn mal jemand im Referententeam ausfällt und der WTB ruft an!

Verabschiedung Renate Kullmann-Bragulla

Am 4. April 2025 wurde im Rahmen der Referentenbesprechung zur Präventionsausbildung (2. Lizenzstufe ÜL-B Sport in der Prävention) Renate Kullmann-Bragulla nach 23 Jahren Lehrtätigkeit aus der ÜL-B-Ausbildung offiziell von Simone Eggert verabschiedet.

„In Erinnerung bleibt mir, dass ich als Referent ein großes Netzwerk aufbauen konnte und mit jedem Lehrgang Kontakt mit interessanten Menschen knüpfen konnte."
(Renate Kullmann-Bragulla)

Simone Eggert, WTB-Bildungsreferentin, hat Renates Wirken beim WTB so zusammengefasst:

Renates Meilensteine beim WTB

1. Beginn der Tätigkeit

Renate Kullmann-Bragulla begann ihre Tätigkeit im WTB als Teilnehmerin der ÜL-B-Ausbildung Allgemeine Prävention 2001 bei Birgit Vogt-Trendelkamp und Harald Hofmann.



Das Team der ÜL-B-Ausbildung v.l.: Leonie Brüggemann, Renate Kullmann-Bragulla, Simone Eggert, Bettina Blomenkamp, Katrin Gleitze

Ihre Expertise in der Physiotherapie und ihr Engagement für den Sport versprachen eine wertvolle Ressource für den Verband zu werden.

Das erkannte Simone Eggert sofort und warb sie an, zukünftig als Referentin für den Verband tätig zu werden. Der erste gemeinsame Einsatz mit Simone erfolgte im September 2002 im Aufbaukurs ÜL-Präventionssport allgemein in Dortmund

2. Einsatz als Referentin in der ÜL-B-Ausbildung Verkürztes Profil Haltung und Bewegung. Ab 2003 verstärkte Renate das Referententeam in diesem Bereich zusammen mit Simone, Natalie Grüber und Jens Nußbaum.

„Man darf nicht stehen bleiben und am meisten lernt man von den Teilnehmern."
(Renate Kullmann-Bragulla)

3. Einsatz als Referentin in der F-ÜL Fitness und Gesundheit. Im Jahr 2007 hatte sie auch Einsätze im Team Fitness und Gesundheit mit Monika Sonntag.

4. Einsatz als Referentin in der ÜL-B-Ausbildung Haltung und Bewegung. Ab 2009 vervollständigte sie das Team HuB mit Bettina Blomenkamp, Katrin Gleitze, Julia Holzrichter und Clarissa Tschirner

5. Einsatz als Referentin in der ÜL-B-Ausbildung Allgemeines Gesundheitstraining mit den Schwerpunkten Haltung und Bewegungssystem und Herz-Kreislauf-System. Seit 2017 ist sie im Team mit Katrin Gleitze, Bettina Blomenkamp, Julia Holzrichter, Leonie Brüggemann und Simone Eggert tätig.

Renate Kullmann-Bragulla hat als Physiotherapeutin besonders für den Themenbereich Haltung und Bewegung gebrannt. Sie hat stets mit Kopf, Hand und Herz gearbeitet und die unterschiedlichsten Wege gefunden, bis sie alle Teilnehmer so weit gebracht hatte, sie mit gutem Gewissen in ihre Vereine auszusenden. Wenn es z.B. darum ging, exzentrische Muskelarbeit von konzentrischer zu unterscheiden, gab sich Renate mit Halbwissen nicht zufrieden, bis schließlich der Groschen gefallen war oder der Muskelkater ein Feedback der Arbeitsweise vom Vortag ergab.

Zur Auflockerung durfte es dann auch gerne mal ein Tänzchen sein, eine Yoga-Einheit oder eine Anleitung zur Verwöhnmassage.

Auch in der Betreuung der Teilnehmerprojekte hat Renate mit hohem persönlichem Einsatz ihre Schäfchen an die Hand genommen. Sie hat sie mit in ihren eigenen Verein geholt und jeden so sicher auf die Prüfung vorbereitet. Ihr Credo war: „Nur das, was man gerne macht, wird gut." Dafür danken nicht nur diese Teilnehmer, sondern für diesen besonders engagierten Einsatz bedankten sich Simone Eggert und Stephan Gentes im Namen des WTB und des Referententeams ganz herzlich bei Renate mit einem Blumenstrauß.

„Die Arbeit mit dem Team war, besonders die letzten Jahre, geprägt von persönlichem Kontakt untereinander, weit über unsere Tätigkeit hinaus. Die Zeit in Oberwerries ist immer wie ein kleiner Urlaub vom Alltag, auch wenn die Referententätigkeit mit Arbeit und Zeitaufwand verbunden ist", erinnert sich Renate an ihre Zeit beim WTB.

SAFE SPORT DTB

Neue verpflichtende Bausteine zu Safe Sport in den Lizenzausbildungen des WTB

Der Westfälische Turnerbund (WTB) hat in mehreren Informationsveranstaltungen vorgestellt, wie ab diesem Jahr zwei neue verpflichtende Bausteine in den Lizenzausbildungen integriert werden. Diese Änderungen wurden gemäß den Beschlüssen des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) vorgenommen und sind verpflichtender Bestandteil.

Erweiterung der Ausbildungsmodule

Bereits zuvor waren Präsenz-Einheiten zur Prävention sexualisierter Gewalt Teil der Lizenzausbildungen. Diese Lerneinheiten wurden erweitert und umfassen nun auch Inhalte zum positiven Körperbild und Selbstwertgefühl. Neu hinzugekommen ist, dass sie als Selbstlernkurs, mit den Bausteinen *Safe Sport* und *Positives Körperbild und Selbstwertgefühl* verfügbar sind und so die Ausbildungszeit in der Praxis entlasten. Das Grundgerüst dieser Bausteine, die in einem Gesamtkurs vom WTB angeboten werden, wurde vom Deutschen Turner-Bund (DTB) erstellt und vom WTB um weitere Pflichtinhalte wie Daten und Fakten zum Thema sowie um den Ehrenkodex und die Verhaltensregeln ergänzt. In den Lizenzausbildungen werden die Bestandteile in der Praxis gelebt und immer wieder an passenden Stellen angesprochen.



Basiskurs Safe Sport

Der Basiskurs Safe Sport sensibilisiert die Teilnehmenden für das Thema und vermittelt erste Interventionsschritte sowie Hilfsangebote. Zudem lernen die Teilnehmenden den Ehrenkodex und die Verhaltensregeln kennen. Der Umfang dieses Kapitels beträgt 2 Lerneinheiten (LE).

Positives Körperbild und Selbstwertgefühl

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden, wie sie ein gesundes Körperbild, Selbstvertrauen und ein positives Selbstwertgefühl bei Sportlerinnen und Sportlern stärken können. Es wird thematisiert, was ein Körperbild ausmacht, welche Folgen ein positives oder negatives Körperbild haben kann und wie Zweifel erkannt und reflektiert werden können. Der Umfang dieses Kapitels beträgt 1 LE.

Abschluss und Teilnahmebescheinigung

Nach Abschluss der beiden Teile des Gesamtkurses erhalten die Teilnehmenden eine Teilnahmebescheinigung, die ihre erfolgreiche Teilnahme an den neuen Ausbildungseinheiten bestätigt.

Selbstlernkurs für alle Interessierten

Der Selbstlernkurs wird zukünftig nicht nur in den Lizenzausbildungen enthalten sein sondern allen Interessierten, Aktiven in der Turnhalle sowie Beteiligten an Wettkämpfen zur Sensibilisierung zugänglich gemacht. Weitere Informationen dazu werden auf den Homepages des WTB und der Westfälischen Turnjugend (WTJ) veröffentlicht.



Wie kann ich meinen Körper entgiften?

Detox-Produkte sind beliebter denn je. Detox-Tee, Detox-Pillen, Detox-Pulver – diese industriell hergestellten Produkte versprechen eine Entgiftung und Entschlackung des Körpers mit dem Ziel, den Körper zu unterstützen, giftige Stoffe auszuscheiden.

Eine Wirkung dieser Mittel ist wissenschaftlich bislang nicht erwiesen. Mediziner und Ernährungswissenschaftler sind sich dagegen einig, dass sich der Körper selbst reinigt und Schlacken im Körper nicht existieren.

Nicht von der Hand zu weisen sind die negativen Auswirkungen von zu viel Fett, Zucker, Alkohol, Nikotin sowie durch zu viel Stress und zu wenig Bewegung auf den Körper und die Gesundheit. Wissenschaftliche Belege, die Folgen von schlechter Ernährung und Bewegungsmangel mit Hilfe von Detox-Produkten in den Griff zu bekommen, liegen bislang jedoch nicht vor.

Natürliche Entgiftung des Körpers

Ein gesunder Körper entgiftet sich selbstständig, ohne dass es der teuren Detox-Mittel bedarf. Eine zentrale Rolle dabei spielen mehrere Organe, die zusammen arbeiten und unseren Körper kontinuierlich über den Stoffwechsel und Ausscheidung von schädlichen Substanzen befreien.

Detox ist die Abkürzung für Detoxifikation und bedeutet Entgiftung. Es handelt sich um einen Prozess, bei dem der Körper von schädlichen Stoffen gereinigt werden soll und giftige Substanzen über die Leber und Niere ausgeschieden werden.

Leber: Die Leber ist das Hauptorgan für die Entgiftung. Sie wandelt fettlösliche Toxine in wasserlösliche Substanzen um, die dann über die Nieren oder den Darm ausgeschieden werden können

Nieren: Die Nieren filtern das Blut und entfernen wasserlösliche Toxine und Abfallstoffe über den Urin

Darm: Der Darm spielt eine wichtige Rolle bei der Ausscheidung von Giftstoffen, die über die Nahrung aufgenommen werden. Eine gesunde Darmflora unterstützt diesen Prozess

Haut: Die Haut kann Schadstoffe über den Schweiß ausscheiden. Schwitzen durch Sport oder Sauna kann daher die Entgiftung unterstützen

Lunge: Die Lunge hilft, flüchtige Toxine und Schadstoffe aus der Atemluft auszuscheiden

Wer seinen Körper auf natürliche Weise unterstützen möchte, sollte auf einen gesunden Lebensstil mit ausgewogener Ernährung, genügend Flüssigkeit, regelmäßiger Bewegung, ausreichend Schlaf sowie Vermeidung von schädlichen Stoffen wie Alkohol oder Nikotin achten und die empfohlenen medizinischen Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen.

Angepriesene Entgiftungsprogramme wie Detox-Diäten oder Nahrungsergänzungsmittel bergen oft ein hohes Risiko, da es zu Nährstoffmängeln, Dehydration oder Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten kommen kann, was wiederum dem Körper mehr schadet als nützt.

Die Versprechen von Detox

Hersteller von Detox-Produkten bzw. Anbieter von Detox-Kuren werben damit, den Körper von innen zu reinigen und zu entschlacken. Detox soll zu mehr Energie verhelfen, das Immunsystem stärken und eine Gewichtsreduktion herbeiführen. Diese positiven Wirkungen werden bei Detox-Produkten auf die Inhaltsstoffe zurückgeführt, welche meist jedoch nur entwässernd wirken und bei übermäßiger Dosierung zu einer Dehydration und einem gestörten Elektrolyt-Haushalt durch eine erhöhte Ausscheidung bestimmter Mineralstoffe (Natrium, Magnesium, Calcium, Kalium) führen können. Außerdem besteht die Gefahr von Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten oder deren Wirkungsschwächung. Insbesondere hoch konzentrierte Detox-Produkte oder unreine pflanzliche Inhaltsstoffe können schnell negative Effekte hervorrufen. Extreme Detox-Kuren, die langfristig durchgeführt werden, können zu einem Nährstoffmangel und dadurch zu gesundheitlichen Problemen führen.

Angepriesene Entgiftungsprogramme wie Detox-Diäten oder Nahrungsergänzungsmittel bergen oft ein hohes Risiko, da es zu Nährstoffmängeln, Dehydration oder Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten kommen kann, was wiederum dem Körper mehr schadet als nützt.



Die Wissenschaft zeigt, dass es die sogenannten Schlacken, welche durch Entgiftungskuren aus dem Körper entfernt werden sollen, nicht gibt. Daher sollte präventiv darauf geachtet werden, dem Körper erst gar keine schädlichen Stoffe zuzuführen.

Detox kann all die Versprechen nicht halten, da …

… es keine Schlacken gibt, von denen der Körper befreit werden muss

… die Gewichtsreduktion auf die entwässernde Wirkung der Inhaltsstoffe zurückzuführen und somit nicht nachhaltig ist

… es mehr gesundheitliche Risiken als Vorteile birgt (gestörter Elektrolyt- und Mineralhaushalt, Nährstoffmängel, Wechselwirkungen mit Medikamenten)

… die Produkte selbst verunreinigt oder schadstoffbelastet sein können

Vorbeugen statt detoxen

Anstatt teure Detox-Präparate zu kaufen, sollte man lieber präventiv auf potenziell gesundheitsschädigende Stoffe und Verhaltensweisen verzichten:

- kein bis wenig Alkohol
- kein Nikotin
- gutes Stressmanagement
- gesundes Bewegungsverhalten
- ausgewogene Ernährung mit wenig Fleisch, viel Obst und Gemüse, regionalen und ökologischen Produkten
- ausreichende Wasserzufuhr
- bei Übergewicht eine sanfte Diät ohne extreme Kuren



Digital-Detox

Neben dem körperlichen Entgiften braucht auch unser Kopf mal eine Pause. Beim Digital-Detox geht es darum, ganz bewusst für einen bestimmten Zeitraum auf das Smartphone, Tablet, Laptop und die sozialen Medien zu verzichten. Vorteile sind ein verbesserter Schlaf, erhöhte Leistungsfähigkeit und Produktivität, größere Achtsamkeit, verbesserte soziale Beziehungen und damit einhergehend ein größeres (mentales) Wohlbefinden. Für ein erfolgreiches Digital-Detox sind folgende Punkte wichtig:

- Ein klares Ziel – was möchte ich damit erreichen (weniger Stress, verbesserter Fokus …) ?
- Eine festgelegte Dauer – wie lange möchte ich offline bleiben (3 Stunden, 2 Tage, 1 Woche …) ?
- Ein konkreter Plan – wann und wie bleibe ich offline (welche Geräte lasse ich aus)?
- Alternativen – welche technikfreien Aktivitäten werde ich stattdessen in meinen Alltag integrieren (lesen, Bewegung, Zeit in der Natur, etwas ganz Neues …)?
- Das soziale Umfeld informieren – Familie und Freunde sollten wissen, dass ich nicht erreichbar bin, um Erwartungen oder Sorgen vorzubeugen.
- Reflexion – nach der Detox-Phase im besten Falle reflektieren, wie sich die Zeit offline angefühlt hat, was habe ich über mich, über meinen Umgang mit der digitalen Welt gelernt?

Philine Wernke

Tanzwerkstatt – *Tänze aus aller Welt*

Am 9. November 2025 lädt der Westfälische Turnerbund zur Tanzwerkstatt in die Landesturnschule Oberwerries ein. Einen ganzen Tag lang erwartet die Teilnehmenden ein vielfältiges Workshop-Programm mit internationalen Tänzen und aktuellen Trends aus der Tanzszene.

Unter der Anleitung renommierter Referenten – darunter Reggaeton Profi Babak Davallou – können neue Impulse gesammelt, das eigene Repertoire erweitert und tänzerische Vielfalt erlebt werden. Die Veranstaltung ist mit 8 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung anerkannt.

Die Tanzwerkstatt richtet sich an Übungsleitende, Tanzbegeisterte und alle, die sich weiterbilden oder einfach Freude an Bewegung haben.

Weitere Informationen auf unserem Instagram Kanal @wtj.tuju oder wtj.wtb.de.



Fachtagung Kinderturnen

der Westfälischen Turnjugend

Die diesjährige Fachtagung Kinderturnen der Westfälischen Turnjugend (WTJ) findet am 20. und 21. September in der Landesturnschule Oberwerries in Hamm statt.
Die WTJ lädt alle Interessierten rund um das Kinderturnen herzlich ein.

Anmeldung

Anmelden könnt Ihr Euch unter https://events.dtb-gymnet.de. Unter Stichwort/Eventnummer die LG-Nr. 25620210 eingeben.

Egal ob als Erzieher einer (Bewegungs-)Kita, Lehrkraft im AG-Bereich oder nach Stundentafel, als Leitung einer Gerätturngruppe oder eines Kinderturn-Angebots – bei der Vielfalt der angebotenen Workshops findet Ihr sicherlich das Passende!

Programm

Am Samstag beginnt die Tagung mit einem Hauptvortrag zum Thema *Sicherheit im Sport – Zusammenarbeit mit der Polizei als Prävention und Unterstützung.* Anschließend können die Teilnehmenden aus über 40 Workshops wählen und sich auf Schwerpunkte wie Gesundheitsförderung, motorische Grundlagenförderung sowie Turnmethodik konzentrieren. Für diejenigen, die speziell Kindergarten- oder Grundschulkinder im Blick haben, gibt es die Möglichkeit, den persönlichen Fortbildungskalender entsprechend zusammenzustellen.



Anmeldung und Übernachtung

Übernachtungsmöglichkeiten sind vorhanden, jedoch ebenso wie die Workshop-Plätze begrenzt. Anmeldungen sind ab sofort möglich, und einen Frühbucherrabatt gibt es bis zum 11. Juli.

Qualität und Zufriedenheit

Die hohe Qualität und große Zufriedenheit mit den bisherigen Fachtagungen der WTJ sind auf die teils bundesweit bekannten Referierenden sowie das eigene Team zurückzuführen. Das Schlossambiente trägt ebenfalls zur besonderen Atmosphäre bei. Zudem können viele ÜL-C und B-Lizenzprofile von WTB und LSB NRW verlängert werden.

Grußwort

Heike Offermann, Vorsitzende der WTJ: „Ich wünsche allen Beteiligten ein gutes Gelingen, spannende Workshops und gute Gespräche. Genießt das Schloss-Ambiente und viel Spaß bei der Umsetzung der Inhalte in Euren Gruppen zuhause!“

Weitere Informationen

Die Broschüre sowie ein Link zur Anmeldung findet ihr unter https://wtj.wtb.de/.



WTJ WESTFÄLISCHE TURNJUGEND

Kinderturnen Das Bewegungs-ABC

Förderer:
UK NRW Unfallkasse Nordrhein-Westfalen



Pilates –

gesunder Weg zu mehr Wohlbefinden

Die Pilates-Methode bietet einen Weg zu umfassender Gesundheit. Bewegung, eine bewusste Atmung und der Fokus auf das Zusammenspiel im Körper machen Pilates zu einem ganzheitlichen Ansatz für Wohlbefinden.

DTB-Trainer Pilates – jetzt ausbilden lassen

Die Weiterbildung zum DTB-Trainer Pilates umfasst insgesamt 5 Stufen. Nach der Stufe 2 sind die Teilnehmer in der Lage erste Pilates-Stunden anleiten zu können. In den darauffolgenden Stufen 3 und 4 werden die Kenntnisse erweitert und bereits Gelerntes vertieft. Die anschließende Supervision stellt ein individuelles Coaching dar. Die Stufen 3 bis 5 müssen beim selben Ausbildungszentrum der DTB-Akademie absolviert werden, da hier bereits auf die Abschluss-Supervision vorbereitet wird. Es wird empfohlen, die Ausbildung innerhalb von zwei Jahren zu durchlaufen.

Referentin der Ausbildung 2025: Corinna Michels
Veranstaltungsort: Landesturnschule Oberwerries/Hamm
Kosten Stufe 1 – 4: V Gymcard 270,– / regulär 315,–
Ü/V Gymcard 320,– / regulär 365,–
Kosten Stufe 5: V Gymcard 205,– / regulär 245,–
Ü/V Gymcard 230,– / regulär 270,–

DTB-Trainer Pilates Stufe 1
Pilates kennen lernen – Powerhouse, Muskeln und Methoden
DTB-Akademie LG 25914101 | 5. – 7.9.2025 | Fr 16 – So 15 Uhr

DTB-Trainer Pilates Stufe 2
Pilates aufbauen – das Übungsprogramm erweitern
DTB-Akademie LG 25914102 | 3. – 5.10.2025 | Fr 16 – So 15 Uhr

DTB-Trainer Pilates Stufe 3
Schritt für Schritt in die eigene Unterrichtspraxis – Pilates unterrichten und anleiten mit Pilates Equipement
DTB-Akademie LG 25914103 | 7. – 9.11.2025 | Fr 16 – So 15 Uhr

DTB-Trainer Pilates Stufe 4
Gesundheitsfördernd und vielfältig – Gesundheits-Know-how
DTB-Akademie LG 25914104 | 12. – 14.12.2025 | Fr 16 – So 15 Uhr

DTB-Trainer Pilates Stufe 5
Das Ziel vor Augen – Supervision
DTB-Akademie LG 25914105 | 24. – 25.1.2026 | Sa 9 – So 16 Uhr

Spannende Lehrgänge – freie Plätze

Sicheres Bauchmuskeltraining mit Fokus Rektusdiastase mit Karin Albrecht
DTB-Akademie LG 25912150
19. – 20.6. | Landesturnschule Oberwerries

Vielseitiges Turnen in Schule und Verein (WTJ)
LG 25621023 | 29.6.
Landesturnschule Oberwerries

DTB-Kursleiter Fit in der Schwangerschaft
DTB-Akademie LG 25912180 | 5. – 6.7.
Landesturnschule Oberwerries

Meditation und Yoga
DTB-Akademie LG 25914070 | 27.7.
Landesturnschule Oberwerries

DTB-Rückentrainer
DTB-Akademie LG 25912190 | 29. – 31.8.
Landesturnschule Oberwerries

Dynamic Stretch mit Gunda Slomka
DTB-Akademie LG 25912200 | 1.9.
Landesturnschule Oberwerries

Rückengymnastik
DTB-Akademie LG 25912210 | 5. – 7.9.
Landesturnschule Oberwerries

Update – DTB-Kursleiter Entspannungstechniken – Autogenes Training
DTB-Akademie LG 25912220 | 8.9.
Landesturnschule Oberwerries

Kinderturnen an Geräten – Turnhits für Kids: Fortbildung und Zertifikat Kinderturnen Teil 2 (WTJ)
LG 25621024 | 6. – 7.9.
Landesturnschule Oberwerries

Fachtagung Kinderturnen:
Fit von Anfang an – Kinderturnen in Kita, Schule und Verein (WTJ)
LG 25620210 | 20. – 21.9.
Landesturnschule Oberwerries

Anmeldung zu allen WTB- und WTJ-Lehrgängen und alle weiteren Informationen zu Inhalten und Kosten unter https://events.dtb-gymnet.de. Unter Stichwort/Eventnummer die LG-Nr. eingeben.



Landesturnschule Oberwerries wird zukunftsfähig

Erfolgreiche Investitionen durch Förderprogramm Moderne Sportstätte 2022

Die Landesturnschule Oberwerries ist weit mehr als ein Ort für Sport und Bewegung – sie ist eine zentrale Bildungs-, Begegnungs- und Veranstaltungsstätte im Westfälischen Turnerbund. Dank Fördermitteln aus dem Landesprogramm Moderne Sportstätte 2022 konnten in den vergangenen Monaten zahlreiche bauliche und technische Maßnahmen umgesetzt werden, die die Infrastruktur entscheidend modernisieren und nachhaltig verbessern.

Vielfältige Maßnahmen mit spürbarem Mehrwert

Bereits zu Beginn des Jahres 2024 wurde der Austausch von 38 Dachfenstern im Marstallgebäude abgeschlossen. Die zuvor undichten und veralteten Fenster wurden durch moderne, energieeffiziente Elemente ersetzt. Diese Maßnahme leistet nicht nur einen wichtigen Beitrag zur Energieeinsparung, sondern steigert auch deutlich den Komfort in den dortigen Räumlichkeiten.





Ein weiterer Meilenstein war die Erneuerung der Brückenanlage zum Zeltlagerplatz. Die alte Verbindung war in die Jahre gekommen – die neue Brücke sorgt nun für einen sicheren Zugang und erweitert wieder die uneingeschränkte Nutzbarkeit des gesamten Geländes für Jugendfreizeiten, Veranstaltungen und Spiele im Freien.

Auch die Erneuerung der Brandmeldeanlage war eine zwingende Maßnahme, um aktuellen brandschutztechnischen Vorgaben gerecht zu werden. Die moderne Anlage erhöht die Sicherheit für Gäste und Personal in allen Gebäudeteilen deutlich.

Mit viel Augenmerk auf den Aufenthalt unserer Gäste wurde zudem die Renovierung der Gästezimmer im Logierhaus vorangetrieben. Neue Böden und eine zeitgemäße Ausstattung schaffen eine freundliche, komfortable Atmosphäre für Teilnehmende von Lehrgängen & Seminaren.



Nachhaltigkeit im Fokus

Im Sinne der ökologischen Verantwortung spielt die energetische Optimierung eine zentrale Rolle im Investitionskonzept:

- Eine Photovoltaikanlage auf dem Dach des Gesundheitshauses wurde als eine der letzten abgeschlossenen Maßnahmen installiert und produziert nun in Kürze umweltfreundlichen Strom direkt vor Ort.
- Der nächste große Schritt steht bereits in den Startlöchern: Die Umstellung der Energieversorgung von einem blockheizkraftwerkbasierten Heizölsystem auf eine moderne Luft-Wasser-Wärmepumpe. Diese Umrüstung wird den CO_2-Ausstoß der Landesturnschule erheblich reduzieren und ist ein weiterer Meilenstein auf dem Weg zur klimafreundlichen Turnschule.

Ein starkes Zeichen für den Sport in NRW

Die umfassenden Investitionen in Oberwerries wären ohne die Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen nicht möglich gewesen. Das Programm





Moderne Sportstätte 2022 hat dem WTB die Chance gegeben, seine zentrale Bildungseinrichtung nicht nur zu erhalten, sondern zukunftssicher weiterzuentwickeln – funktional, nachhaltig und nutzerfreundlich.

Dank und Ausblick

Der Westfälische Turnerbund bedankt sich herzlich bei allen beteiligten Fachfirmen und WTB-Mitarbeitenden der Haustechnik und des Turnschulmanagements für die engagierte Umsetzung der Maßnahmen sowie beim Land NRW für die finanzielle Förderung. Mit den abgeschlossenen und laufenden Projekten ist die Landesturnschule Oberwerries bestens aufgestellt, um auch in den kommenden Jahrzehnten ein Ort des Lernens, des Sports und der Gemeinschaft zu bleiben – für alle Generationen.

Carsten Rabe

Menschen

Christian Gieseler im Alter von 42 Jahren verstorben

Ein Nachruf von Götz Hofmann

Bereits als Schüler hat sich Christian mit ganzer Leidenschaft dem OL gewidmet. Dies zeigte sich bereits früh mit vielen Erfolgen, die das Ergebnis seines disziplinierten Trainings waren und das er über die Jugend bis in den Elitebereich konsequent durchzog. Leider konnte er sein Können in der Elite nur bis 2004 zeigen, bevor er erstmalig schwer erkrankte. Sein offener Umgang mit der Krankheit, seine positive Einstellung und seine Akzeptanz der eingeschränkten Bewegungsfähigkeit bewundere ich noch heute, weil er uns den Umgang mit ihm und der Krankheit so einfach machte. Sein Sinn für Humor blieb auch im Krankenhaus erhalten. So sorgte er für ordentlich Aufregung bei den Schwestern, die beim morgendlichen Pulsmessen einen Wert von 39 maßen und entsprechend besorgt waren. Diesen Humor hat er sich bis zuletzt bewahrt.

Diese Phase schweißte uns sehr eng zusammen, so dass er später mein und ich sein Trauzeuge war. Ich durfte ihn bei seinem letzten Lauf am 1. Mai 2005 begleiten. Gerne erinnere ich mich an ein Auslaufen nach einem 3000m Lauf, als wir in Dunkelheit und ganz allein Runde um Runde auf dem Rasen drehten und uns ein Konzept für die Jugendarbeit überlegten. Für die World Games 2005 in Bottrop entließ sich Christian selber, trotz schlechter Blutwerte, aus dem Krankenhaus: das konnte er nicht verpassen. Trotz starker Gehbehinderung war Gisi immer wandernd im Wald unterwegs, selbst ein 300-Höhenmeter-Downhill-OL musste einfach sein. Sein unermüdlicher, pragmatischer und selbstloser Einsatz für den OL, egal in welcher Position, egal ob EDV-Chef beim Wettkampf, Bundestrainer, Jugendtrainer, zuletzt als Gesamtleiter des JLVK im Sauerland oder als Vorsitzender der OLG Siegerland, sind beispielhaft. Alle, mit denen ich nach seinem Tod reden konnte, waren sich vor allem über eines einig: Er war ein ganz feiner Mensch.



Christian Gieseler

Diesen werden wir sehr vermissen und uns immer wieder gerne an unseren Gisi zurückerinnern. Unsere Gedanken und unser Mitgefühl sind bei seiner Familie, bei Julia und seinen beiden Töchtern. In der Traueranzeige heißt es: „Das Leben ist nicht fair." Am 28.April 2025 hat Gisi seinen letzten irdischen Posten gestempelt.

Nachruf Dr. Klaus Prieß

Am 1. Mai 2025 ist Dr. Klaus Prieß, Ehrenvorsitzender des Emscher-Ruhr Turnverbandes, im Alter von 92 Jahren verstorben. Mit Dr. Klaus Prieß verliert der Westfälische Turnerbund einen Turner, der sein Leben lang für das Turnen lebte. Bereits 1945 begann seine turnerische Laufbahn beim TV Papenburg. Ab 1950 folgten zahlreiche aktive Teilnahmen bei Landesturnfesten und Deutschen Turnfesten.



Klaus Priess

Als Mitglied der Turnmannschaft der TH Aachen wurde Klaus 1956 Deutscher Meister und 1957 Vizemeister im Mannschaftswettkampf.

Seine ehrenamtliche Tätigkeit begann bereits 1951 als Turnwart beim TV Papenburg. Es folgten Mitgliedschaften beim VfL Bochum und der Turnerschaft Herzogenaurach, bis er 1977 in den Linden-Dahlhauser TV eintrat. Dort engagierte er sich nicht nur als Übungsleiter, sondern unterstützte von 1982 – 2005 als Sportwart die Leistungsbereiche, insbesondere das Gerätturnen.

1980 wurde Klaus zum 2. Vorsitzenden, 1990 zum 1. Vorsitzenden des Linden-Dahlhauser TV gewählt. Ein Amt, das er bis zum Jahr 2000 innenhatte.

Von 1995 – 1999 war er als Mitglied im Fachausschuss Gerätturnen des WTB für den Kampfrichterbereich zuständig. Auch beim DTB hatte er diese Funktion von 1993 – 2000 inne. Dort brachte er bei der Erstellung des Handbuchs DTB Teil 1, Aufgabenbuch Gerätturnen männlich seine fachliche Kompetenz mit ein. In den folgenden Jahren folgten zahlreiche Einsätze als Wettkampf- und Kampfrichterleitung bei Deutschen Turnfesten und Europameisterschaften.

Für seinen ehrenamtlichen Einsatz wurde Dr. Klaus Prieß mit zahlreichen Ehrungen bedacht: 1955/1956/1958 – Ehrennadeln der TH Aachen in Bronze, Silber und Gold; 1984 – Gauehrenbrief des ERT; 1991 – Ehrennadel des DTB; 1997 – Silberne Vereinsnadel; 1997 – Ehrenbrief des DTB mit Silbernadel; 2000 – WTB-Ehrennadel in Silber; 2003 – Ehrennadel des ERT in Gold; 2008 - Ehrenmitglied des LDT; 2009 – WTB-Ehrennadel in Gold; 2011 – Goldene Vereinsnadel und 2013 – Friedrich-Ludwig-Jahn Plakette.

Der Westfälische Turnerbund wird Dr. Klaus Prieß in bleibender Erinnerung behalten. Unser Mitgefühl gilt seiner Familie.



V.l.: WTB-Präsident Manfred Hagedorn, Uli Müller, WTB-Vizepräsidentin Anke Schluckebier, Vorsitzende des Lippischen Turngaus Pia-Carola Caspari

Uli Müller verabschiedet und geehrt

Am 26. April wurde Uli Müller im Rahmen des WTB-Hauptausschusses als ehemaliger TK-Vorsitzender des Fachgebietes Trampolinturnen offiziell verabschiedet. Das WTB-Präsidium und auch die Mitarbeitenden der WTB-Geschäftsstelle bedanken sich bei Uli für die überaus vertrauensvolle Zusammenarbeit in den vielen Jahren. Uli Müller war immer ein verlässlicher und kompetenter Ansprechpartner seines Fachgebietes.

Die Auszeichnung mit der Goldenen Verdienstnadel des WTB machen seine großen Leistungen und Verdienste für den WTB deutlich.

Pinnwand

Karina Schönmaier Sportlerin des Monats

Die Wahl zur Sportlerin des Monats ging an Turn-Shootingstar Karina Schönmaier, die bei der Heim-EM zweimal Gold und einmal Silber holte. Damit ließ sie Moritz Wesemann, zweifacher Europameister im Wasserspringen sowie Kanuslalom-Europameisterin Ricarda Funk hinter sich.

Für ihre herausragenden Leistungen werden Athleten von der Athletenkommission im DOSB, von SPORT1 und von der Sporthilfe für diese Wahl nominiert.

Anders als bei Medien- oder Publikumswahlen stimmen hierbei ausschließlich Deutschlands beste Nachwuchs- sowie Spitzenathleten und geben der Auszeichnung damit ihre ganz besondere Note.

Trendsportarten Sommer 2025

Der Sommer 2025 bringt frischen Schwung in die Sportlandschaft. Immer mehr Menschen suchen nicht nur nach Fitness und Action, sondern auch nach Gemeinschaft und Qualität - genau das bieten die rund 86.000 Sportvereine im Land mit innovativen und niedrigschwelligen Angeboten. Folgende fünf Trendsportarten sind in diesen Sommer besonders gefragt und kommen zunehmend auch im organisierten Sport und Vereinsleben an.

1. Padel – Tennis trifft Squash; 2. Calisthenics – Krafttraining unter freiem Himmel; 3. Wingfoiling – schwerelos übers Wasser gleiten; 4. Hyrox – Kombi aus Ausdauer- und Kraftübungen; 5. Pickleball – der neue Klassiker für Jung und Alt. (Quelle: DOSB)



Die Finals 2025 zu Gast in Dresden

Vom 31. Juli bis 3. August 2025 wird Dresden zum Zentrum des Spitzensports! In der JOYNEXT ARENA kämpfen Deutschlands beste Athleten um die begehrten Titel in den Sportarten Gerätturnen (Frauen und Männer), Rhythmische Sportgymnastik (Einzel und Gruppe) sowie Trampolinturnen (Einzel). Erlebe hautnah die Faszination von Kraft, Eleganz und Präzision, wenn Europa- und Weltmeister aus den Olympischen Sportarten des DTB an die Geräte treten.

Mit dabei werden Stars sein wie

- Darja Varfolomeev und Margarita Kolosov (Rhythmische Sportgymnastik)
- Fabian Vogel und Aileen Rösler (Trampolinturnen)
- Sarah Voss, Pauline Schäfer-Betz, Elisabeth Seitz, Helen Kevric, Emma Malewski, Nils Dunkel und Andreas Toba (Gerätturnen)

Alle Informationen zu den Finals 2025 gibt es unter www.diefinals.de.

Lust auf noch mehr TurnZeit?



Seit diesem Jahr hat das WTB-Verbandsmagazin einen neuen Namen, ein neues Layout und ein neues Format. Mit der TurnZeit möchten wir weiterhin unsere Mitglieder über Interessantes aus dem Verband, in den Turnsportarten und dem Sport informieren.

Die TurnZeit steht digital kostenfrei unter www.wtb.de als Download zur Verfügung.

TurnZeit als Druckexemplar jetzt abonnieren!

Für alle, die die TurnZeit gerne in gedruckter Form haben möchten, bieten wir ein Jahresabo an. Viermal im Jahr bekommt Ihr mit dem Jahresabo die TurnZeit frisch gedruckt nach Hause geliefert. **Ein Jahresabo inkl. Versand kostet 48,– €.**

Bei Interesse schicken wir Euch gerne ein Antragsformular zu oder Ihr nutzt die Möglichkeit, das Formular unter www.wtb.de im Bereich Downloads/TurnZeit herunterzuladen. Ansprechpartner für das Abo ist Georgina Smeilus, smeilus@wtb.de.

Impressum

Herausgeber
Westfälischer Turnerbund e.V.
Zum Schloss Oberwerries | 59073 Hamm
Telefon 02388 3000000 | www.wtb.de
V.i.S.d.P.
Oliver Rabe, Vizepräsident Verbandsentwicklung
Redaktion
Kirsten Brüggemann, Telefon 02388 3000040, brueggemann@wtb.de
Gestaltung
Dipl.-Des. Tina Elges | www.elges-grafik.de

Wir verwenden ausschließlich die männliche Form in unseren Texten aus Gründen der besseren Lesbarkeit. Selbstverständlich sind dabei alle Geschlechter gemeint!

Die Turngaue des WTB

Ihre Ansprechpartner vor Ort

Emscher-Ruhr-Turnverband
zur Zeit nicht besetzt
https://emscherruhrturngau.de

Hellweg-Märkischer Turngau
Laura Gödecke | laura.goedecke@hmt-turngau.org
www.hmt-turngau.de

Lenne-Volme-Turngau
Thomas Machatzke | tmachatzke@googlemail.com
www.lenne-volme-turngau.de

Lippischer Turngau
Doris Tölle | info@lippischer-turngau.de
www.lippischer-turngau.de

Märkischer Turngau
Geschäftsstelle | gst@maerkischer-turngau.de
www.maerkischer-turngau.de

Minden-Ravensberger Turngau
Philine Wernke | presse@miratu.de | https://miratu.de

Ostwestfälischer Turngau
Christa Wissing | christa-wissing@t-online.de | www.owtg.de

Turngau Münsterland
Achim Ronczkowski | presse@turngau-muensterland.de
www.turngau-muensterland.de

Sauerländer Turngau
Friedrich Voss | friedrich-voss@t-online.de
www.sauerlaender-turngau.de

Siegerland Turngau
Marcel Krombach | mail@mkrombach.de
www.siegerland-turngau.de



Weil Sport uns alle verbindet,

engagieren sich die Sparkassen in Westfalen-Lippe als Partner des Westfälischen Turnerbundes für den Breiten- und Spitzensport sowie für die Nachwuchsförderung.

WTB WESTFÄLISCHER TURNERBUND

LTF26 Hamm 5. NRW-LANDESTURNFEST 2026

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkassen
in Westfalen-Lippe