



TURNEN



**FACHTAGUNG
GERÄT- UND
TRAMPOLINTURNEN**

20.09.2026 – Stuttgart

ZEITPLAN

	GERÄTTURNEN			TRAMPOLINTURNEN		
9.00 – 10.30 Uhr	111 GTw Gymnastische Erwärmung im Gerätturnen Maxima Bachmayer	112 GTm Der Rote Faden & die Vision 2028 – Umsetzung im Verein Rainer Schrepf	113 GTw GTm Grundlagenschulung am Boden – Methodischer Aufbau der Radwende und des Flick Flacks, Hilfestellung Sina Tittel	114 GTw Prehab und Stabilisationstraining im P-Stufen- und Ligabereich Denise Herrmann	115 TRA Ballett als Grundlagenausbildung und Trainingsunterstützung Armin Weiß	116 TRA Eine Führung durch den neuen Trampolin-Bundesstützpunkt Michael Kuhn
10.45 – 12.15 Uhr	121 GTw Aktive Beweglichkeit – Spreizen für Sprünge und Drehungen Maxima Bachmayer	122 GTm Übergang in die Kür (AK 10–13) – „Oberschwabenmodell“ Thomas Trauber	123 GTw GTm TRA Erwärmung effektiv und vielfältig gestalten für Jungs und Mädchen – Zirkeltrainin Annett Wiedemann	124 GTw Der Handstand als Grundlage einer gelungenen Balken- und Bodenakrobatik Denise Herrmann	125 TRA Nachwuchs- und Talentsichtung im Trampolinturnen Thorsten Scheibler	126 TRA Jump & Fun – sicher starten auf dem Trampolin – Ängste abbauen und Vertrauen aufbauen Tom Arendt
12.15 – 13.15 Uhr	Mittagspause					
13.15 – 14.45 Uhr	131 GTw Choreografie für Bodenübungen – Tanz, Posen, Ausdruck Maxima Bachmayer	132 GTm Der Leistungssport-Weg (AK) – Panel: Trainingsprinzipien & Q&A Yasir Al-Dulaimi, Yannick Kessler	133 GTw GTm Erlernen der Kipp- und Felgebewegungen Sina Tittel	134 GTw GTm TRA Ernährung im Turnsport Annett Wiedemann	135 TRA Nachwuchs- und Talentsichtung im Trampolinturnen – Trainingsgrundlagen Thorsten Scheibler	136 TRA Trampolinturnen am Großgerät – der Baby-Fliffis als Grundlagensprung Michael Kubicka
15.00 – 16.30 Uhr	141 GTw GTm Altersspezifisches Krafttraining für Jungs und Mädchen Annett Wiedemann	142 GTm Die neue Basis – Talentcup (AK 6–10) Lovis Spieß	143 GTw GTm Vom Hängen bis zur Riesenfelge Sina Tittel	144 GTw Konterflug – Holmwechsel am Stufenbarren Denise Herrmann	145 TRA Die Bedeutung von Neuroathletik im Sport Isabell Scheibler	146 TRA Trampolinturnen am Großgerät – der Schraubensalto Michael Kubicka

JETZT ANMELDEN:

