

# Weiterbildung Basic

## in der Turnwerkstatt Zentralschweiz

Die Turnwerkstatt Zentralschweiz lädt dich ganz herzlich zur Weiterbildung Basic 2026 (ehemals Vereinsleitertag) nach Malters ein. Diese Weiterbildung richtet sich an sämtliche Geräte- und Kunstturn-Leiter\*innen, welche mit Kindern auf der Basisstufe Kunstturnen (EP) und Geräteturnen (K1-K2) trainieren.

Im Kurs erhältst du praxisnahe Tipps für das Training an verschiedenen Geräten von professionellen Trainern des Regionalen Leistungszentrums Luzern sowie J+S Experten. Besonderes Augenmerk liegt auf dem langfristigen und korrekten Aufbau im jungen Alter. Die vermittelten Inhalte können dank teilnehmenden Turner\*innen direkt in die Praxis umgesetzt werden.

Ein perfekter Treffpunkt für sämtliche Leiter\*innen und eine grosse Weiterbildungschance!

<b>Datum</b>	17. Januar 2026
<b>Zeit</b>	13:00 – 15:30 Uhr
<b>Ort</b>	Turnwerkstatt Zentralschweiz, Eistrasse 5, 6102 Malters
<b>Kursleitung</b>	Pascal Bucher & Ovidiu Buidoso (Trainer RLZ Luzern)
<b>Teilnahmeberechtigt</b>	Sämtliche Leiter*innen aus dem Geräteturnen und Kunstturnen (auch ohne J+S Anerkennung)
<b>Anerkennung</b>	Diese Ausbildung verlängert die J+S Anerkennung nicht. Am selben Datum findet auch ein J+S Modul Fortbildung in Eschenbach statt.
<b>Kosten</b>	kostenlos
<b>Anmeldung</b>	via Anmeldetool Turnverband   <a href="https://anmeldung.turnverband.ch">anmeldung.turnverband.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	20.12.2025
<b>Bedingungen</b>	Jeder teilnehmende Verein sollen pro 4 Leiter*innen 1 Turner oder Turnerin im Alter von 5-9 Jahren mitnehmen. An der Weiterbildung werden die Kursleiter und ihr direkt mit euren Turner*innen arbeiten.
<b>Detailprogramm</b>	Siehe Seite 2

Wir freuen uns auf rege Teilnahme!

**Kunstturnerverband LU OW NW | Ressort Sport – Ausbildung**

# Weiterbildung Basic

## Kursprogramm 2025

13.00	<b>Begrüssung</b>
13.00 – 13.30 Uhr	<b>Block I Aufwärmen</b> Intensives, zielgerichtetes Einlaufen in 25 Minuten
13.30 – 15.30 Uhr	<b>Block II Technik an den Geräten</b> <u>Barren</u> Schwingen im Stütz und Hang – Vorbereitung auf Handstand und Kippen <u>Sprung</u> Ein schneller Anlauf und korrekter Einsprung – die Basis für gute Sprünge Erste Saltos & Überschläge mit Hilfestellungen <u>Boden</u> Aufbau (Rondat) Flic-Flac Natürliche Schraubenrichtung – Auswirkungen auf Basis-Elemente an verschiedenen Geräten
15.30 Uhr	<b>Ende Weiterbildung</b>