

**A 16**

## **Seminararbeit**

NR. 19 (U)

# **PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB**

2. korrigierte Fassung

***Seminar Sport und Gesundheit, Studienschwerpunkt Freizeitsport  
WS 2003/2004, Fachbereich Sport,  
Johannes Gutenberg- Universität Mainz  
Leitung: Prof. Dr. Dr. M. Messing, Prof. Dr. H.-V. Ulmer  
Abteilung: Sportsoziologie, Sportmedizin  
Abgabetermin: 21.06.2004***

## II

### Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung</b>	<b>Seite 1</b>
<b>1 PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB</b>	<b>Seite 1</b>
<b>2 Erwerb des Siegels PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB</b>	<b>Seite 3</b>
<b>3 Stundenbeispiel: Rücken-Fit</b>	<b>Seite 4</b>
<b>4 Qualitätsmanagement von Gesundheitssport im DTB</b>	<b>Seite 4</b>
<b>5 Qualitätsmanagement von Gesundheitssport im Verein</b>	<b>Seite 5</b>
<b>5.1 Befragung der Übungsleiter</b>	<b>Seite 5</b>
<b>5.2 Dokumentationssystem</b>	<b>Seite 6</b>
<b>5.3 Qualitätszirkel</b>	<b>Seite 6</b>
<b>5.4 Weitere Bausteine</b>	<b>Seite 6</b>
<b>6 Bewertung</b>	<b>Seite 7</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>Seite 8</b>
<b>Anhang</b>	<b>Seite 9</b>

## Einleitung

Der Deutsche Turner-Bund (DTB) ist mit über 4,6 Millionen Mitgliedern der zweitgrößte Fachverband in Deutschland. Er hat Gesundheitssport zu einer zentralen Zukunftsaufgabe und zu einem Schwerpunkt seiner Verbandsarbeit erklärt (OPPER, 2003, S. 7). Die Übungsleiter in den Vereinen sollen qualifizierten Unterricht anbieten können. Der DTB unterstützt dies mit verschiedenen Einrichtungen und bietet Fort- und Ausbildungswege an. Gemeinsam mit den Landesturnverbänden etablierte er den Gesundheitssport in den Vereinen und schaffte das „Qualitätssiegel“ PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB, eine Basis für den betreuten, gesundheitsorientierten Sport. Die Vereine haben im Gegensatz zu den kommerziellen Anbietern den Vorteil, dass sie eine flächendeckende Infrastruktur besitzen (rund 87000 Sportvereine in Deutschland) und so gut für die Bevölkerung erreichbar sind. Außerdem ist der Mitgliedsbeitrag verhältnismäßig günstig. Diese aufgeführten Gründe können verantwortlich für die Verlagerung des Gesundheitssports in die Turn- und Sportvereine sein (OPPER, 2003, S. 7).

## 1 PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB

Im Februar 1994 entwickelte der DTB als erster Fachverband ein Qualitätssiegel für gesundheitsorientierte Sport- und Bewegungsangebote im Verein, er nannte ihn PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB, dessen Zielsetzung es ist, qualitativen Gesundheitssport über die Vereine anzubieten (OPPER, 2003, S. 9). Die Auszeichnung mit dem PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB soll den Vereinen ermöglichen, sich nach außen über ihre qualitativen Angebote im Bereich des Gesundheitssports darzustellen. Ein solches Siegel gibt Auskunft über ein besonderes, von Übungsleitern betreutes Gesundheitssport-Angebot im Verein, das festgelegte Qualitätskriterien erfüllen muss (s. Anhang S. 10). Für die Gesundheitssport-Programme gelten folgende Qualitätskriterien (OPPER, 2003, S. 9):

1. „Ganzheitliche Zielsetzung“, d.h., Orientierung an einem ganzheitlichen Verständnis von Gesundheit im Sinne der WHO-Definition.
2. „Spezifizierte Maßnahmenplanung“, d.h., das Angebot soll bestimmte gesundheitsförderliche Zielsetzungen mit folgenden Inhalten haben: Ausdauerschulung, Kräftigung und Dehnung der wichtigen Muskelgruppen, Koordinations- und Beweglichkeitsförderung, funktionelle Gymnastik, Gesprächsführung zur Förderung der bewussten Auseinandersetzung mit der eigenen Gesundheit

und Techniken zur individuellen „Belastungskontrolle“ (z.B. Pulsmessung). Nun müssen die Inhalte der jeweiligen Zielsetzung, unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzung jedes Teilnehmers, angepasst werden.

3. „Qualifizierte Übungsleiter“, d.h., diese benötigen eine gültige Lizenz nach den Rahmenrichtlinien des DSB und zusätzlich eine Ausbildung auf der zweiten Lizenzstufe „Sport in der Prävention“ oder „Rehabilitation“.
4. „Einheitliche Organisationsstrukturen“, d.h., im Verein können sowohl jährliche Angebote als auch zeitlich begrenzte Kurse angeboten werden. Das Angebot muss mindestens einmal in der Woche durchgeführt werden und darf nicht kürzer als 60 Minuten sein. Ein Kurs muss mindestens 12 Übungseinheiten umfassen. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.
5. „Gesundheitsvorsorgeuntersuchungen“, d.h., man soll Teilnehmern ab dem 35. Lebensjahr, insbesondere Neu- und Wiedereinsteigern, eine Gesundheitsvorsorgeuntersuchung empfehlen.
6. „Information und Rückmeldung“, d.h., der Übungsleiter soll den Teilnehmern Informationen über den Kurs-Angebotsinhalt und theoretische Hintergrundinformationen geben. Außerdem soll er den Teilnehmern die persönlichen Entwicklungsschritte und Erfolge mitteilen.
7. „Qualitätssicherung, Dokumentation und Evaluation“, d.h., der DTB möchte eine hohe Qualität sichern. Dazu muss der Übungsleiter den Verband regelmäßig über das Gesundheits-Angebot informieren. Er muss jährlich bzw. nach Abschluss des Kurses einen Dokumentationsfragebogen an den DTB schicken. Zudem kann der Übungsleiter eine Hilfe zum Kurs-Angebotsaufbau, zum Stundeninhalt und zum theoretischen Hintergrund in Anspruch nehmen. Auch die Befragung der Teilnehmer ist zu sammeln, um Rückmeldung zu erhalten.
8. „Vernetzung“, d.h., man sollte mit verschiedenen Einrichtungen auf Verbands-ebene und lokaler Ebene kooperieren.

An diese Qualitätskriterien sind die Übungsleiter der 2. Lizenzstufe gebunden, wenn sie Gesundheitsangebote und/oder Kurse im Verein unterrichten (s. Anhang, S. 9). Die daraus resultierende Qualität soll in Bezug auf die vereinseigene Werbung viele Vorzüge mit sich bringen. Zum einen wirbt der PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB für einen kompetenten qualifizierten Gesundheitsunterricht. Zum anderen erhält der Verein über die Auszeichnung mit dem PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB Ansehen bei Ärzten, Wissenschaftlern und auch bei den Krankenkassen. Der Deutsche Sport-

bund (DSB) führte mit der Bundesärztekammer eine Dachmarke für Qualitätssiegel (SPORT PRO GESUNDHEIT) im Gesundheitssport ein (RENNER, 2003, S. 155). Alle PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB-Angebote werden mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet, sie werden so von der Bundesärztekammer und den Krankenkassen empfohlen und unterstützt (OPPER, 2003, S. 9). Insgesamt wurde der PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB von 1994 bis 2003 24044-mal verliehen. Die Tabelle 1 zeigt unter anderem, wie sich der Verlauf der zertifizierten Angebote in den letzten 9 Jahren entwickelt hat.

Gültigkeitsdauer	Anzahl der Vereine	Zertifizierte Angebote	davon Verlängerungen	Anzahl der PP ÜL
1994/1995	226	966		
1995/1996	537	1.974		
1996/1997	679	2.495	232	
1997/1998	671	2.382	394	
1998/1999	747	2.770	623	
1999/2000	1.020	3.718	1.133	
2000/2001	685	2.503	1.582	1.582
2001/2002	1.029	3.907	984	2.067
2002/2003	777	3.329	414	1.659
Gesamtvergabe seit 1994	6.371	24.044	5.362	
zur Zeit gültig	1.806	7.236	1.398	3.726

Tabelle 1: Vergabe des PLUSPUNKTS GESUNDHEIT.DTB seit 1994  
(aus: OPPER, 2003, S. 11)

## 2 Erwerb des Siegels PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB

Es gibt verschiedene Gesundheitssport-Programme, die mit dem PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB ausgezeichnet sind (z.B. Cardio-Fit, Walking, Rücken-Fit, Mollig und Mobil u. v. a.). Unter diesen wählt der Verein bzw. der Übungsleiter das Angebot aus, das er in seinem Vereinsprogramm anbieten möchte. Dem Übungsleiter wird mit Hilfe eines Ausbildungslehrgangs der 2. Lizenzstufe ein fachliches Wissen vermittelt. Für diese Lizenzstufe müssen 30 Unterrichtseinheiten im Bereich Prävention oder Rehabilitation erfolgreich abgeschlossen werden. Diese Ausbildungslehrgänge werden über den DTB vom Verband ausgerichtet. Möchte der Verein die Programme Cardio-Fit, Rücken-Fit und Walking anbieten, ist ein zusätzlicher Lehrgang in diesem Bereich zu absolvieren. Alle Lehrgänge bauen sich über die Qualitätskriterien des DTB auf und bieten den künftigen Pluspunkt-Übungsleitern zusätzliche Hilfen über

den Stundenverlauf. Der Verein stellt dann über den zuständigen Landesturnverband einen schriftlichen Antrag auf Erteilung der Auszeichnung.

### **3 Stundenbeispiel: Rücken-Fit**

Dieser Gesundheitssport-Kurs erfüllt alle Qualitätskriterien des DTB und wird mit dem PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB und SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet. Über eine mehrjährige wissenschaftliche Studie des niedersächsischen Turnerbundes wurde der Kurs „Rücken-Fit“ entwickelt (OPPER, 2003, S. 42). Es ist ein Übungsprogramm mit 12 Kurseinheiten, die in ihrer Struktur gleich aufgebaut sind. Die Einheiten sollten 90 Minuten lang sein, damit Ruhe entsteht und keine Hektik den Stundenablauf stören kann. Am Ende jeder Stunde sollte eine Entspannungsphase angestrebt werden. Die Stunde ist in 6 Phasen (Stundeneinstieg, Vorbereitungsphase, Haltungs- und Bewegungsschulung, spezielle Wirbelsäulengymnastik, Entspannung und Abschlussphase) aufgliedert. Zu Zielen und Inhalten des Kurses gehören u. a.: Gesunderhaltung des Muskel-Skelettsystems, Förderung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens, Steigerung von körperlichen Fähigkeiten und der Körperwahrnehmung, wirbelsäulen- und gelenkfreundliches Bewegungsverhalten im Alltag etc. (ebd.). Dieser Kurs ist speziell für Erwachsene mit besonders schwach ausgeprägter Muskulatur und mit Haltungsfehlern gedacht, also für Menschen, die einer besonderen Belastung des Haltungs- und Bewegungsapparates ausgesetzt sind und die kein sportartspezifisches Training absolvieren möchten. Andere Gesundheitssportkurse/Angebote zielen auf unterschiedliche Zielgruppen ab, z. B. das Angebot Walking: dieses eignet sich besonders für Untrainierte, Übergewichtige und für Personen, die etwas für ihr körperliches Wohlbefinden tun wollen (OPPER, 2003, S. 37). Die Methodik des Gesundheits-Kurses „Rücken-Fit“ ist darauf ausgerichtet, Wissen zu vermitteln, das soziale Umfeld einzubeziehen, das praktische Training kennen zu lernen, das Einüben neuer Bewegungsverhalten zu nutzen und eine individuelle Beratung und Belastungsdosierung zu geben (OPPER, 2003, S. 42).

### **4 Qualitätsmanagement von Gesundheitssport im DTB**

Es wurde vom DTB ein Qualitätsmanagement eingeführt, um die notwendige Qualität der Gesundheitssport-Angebote zu erreichen, zu sichern und weiter zu entwickeln (OPPER, 2003, S.17). Das Qualitätsmanagement beschreibt die Gesamtheit aller Tätigkeiten, die dafür verantwortlich sind, eine bestimmte Qualität zu erreichen. Somit

handelt es sich um ein Organisations- und Ordnungssystem (ebd.). Es beruht auf der Grundauffassung, dass die Steuerung der Qualität in der Praxis ein Prozess ist, der nie abgeschlossen ist und immer neue Impulse benötigt (ebd.). Der DTB ist darauf bedacht, dass ein einmal erreichtes Qualitätsniveau zunächst gehalten wird, um es dann kontinuierlich zu steigern. Um dieses Niveau sicherzustellen, hat der Verband Strukturen geschaffen, um den Übungsleitern eine hohe Qualität zu ermöglichen. Das Qualitätsmanagement setzt sich aus folgenden Bausteinen zusammen (ebd.):

### **Bausteine des Qualitätsmanagement im DTB**

Evaluierte Programme	Grundliteratur		Wissenschaftlicher Beirat
Qualitätszirkel		Befragung der Teilnehmer	
„Pluspunkt Gesundheit“ Das Magazin	Befragung der Übungsleiter	www.pluspunkt-gesundheit.de	
	Dokumentationssystem		Aus- und Fortbildung

Abbildung 1: Bausteine des Qualitätsmanagements von Gesundheit beim DTB (aus: OPPER, 2003, S. 17)

## **5 Qualitätsmanagement von Gesundheitssport im Verein**

Im Rahmen des Forschungsprojekts „Qualitätsmanagement von Gesundheitssport im Verein“ (HARTMANN, OPPER, SUDERMANN, 2002) hat sich der DTB besonders mit den Bausteinen Befragung der Übungsleiter, Dokumentationssystem und dem Qualitätszirkel auseinandergesetzt.

### *5.1 Befragung der Übungsleiter*

Um überhaupt ein Dokumentationssystem aufbauen zu können, war es zunächst nötig, die Pluspunkt-Übungsleiter zu befragen. Dem DTB war es wichtig zu erfahren, wer die Pluspunkt-Übungsleiter sind, wie lange sie im Gesundheitssport arbeiten, ob sie selbst sportlich aktiv sind u. v. a. (OPPER, 2003, S. 18). Weiterhin wollte man auch mehr über die Angebote/Kurse selbst wissen, etwa, ob es im Verein ein Dauerangebot für Gesundheitssport gibt, wie lange und wie teuer die Kurse sind u. v. a.

(ebd.). All diese Informationen bieten dem DTB die Möglichkeit, seinen Service hinsichtlich Aus- und Fortbildung zu verbessern.

### *5.2 Dokumentationssystem*

Es wurden erstmals mit Hilfe des Dokumentationssystems des DTB sämtliche Angebote/Kurse, die mit dem PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB ausgezeichnet sind, systematisch erfasst und ausgewertet. Die Pluspunkt-Übungsleiter wurden ab 2003 verpflichtet, den Verband regelmäßig über ihre Gesundheitssport-Angebote/Kurse zu informieren (OPPER, 2003, S. 17). Dies ist ein wichtiger Aspekt der Qualitätssicherung von Gesundheitssport, denn nur über einen längeren Zeitraum können Informationen zu den Angeboten/Kursen und zu Veränderungen der Angebote/Kurse gewonnen werden. Durch die Befragungen kann der Verband nun seinen Qualitätsstandard auf einem hohen Niveau halten, indem er mit Hilfe der Auswertung des Fragebogens gezielte Veränderungen in der Aus- und Fortbildung der PLUSPUNKT GESUNDHEIT-Übungsleiter vornimmt.

### *5.3 Qualitätszirkel*

Im Sport gab es bislang keinen Qualitätszirkel und man nahm sich die Zirkel der Medizin, der Wirtschaft und des Gesundheitssystems zum Vorbild (OPPER, 2003, S. 18). Der Qualitätszirkel im Gesundheitssport stellt Elemente der Beteiligung der Übungsleiter dar und ist Ausdruck der Basisorientierung einer Sportorganisation (ebd.). Der Zirkel ist ein wichtiger Teil der Vernetzung und Abstimmung zwischen den unterschiedlichen Angeboten/Kursen und allen Akteuren der Gesundheitsförderung und Prävention (ebd.). Über regionale Einrichtungen sind die PLUSPUNKT GESUNDHEIT-Übungsleiter vernetzt, um so über einen Wissens- und Erfahrungsaustausch und zur Erarbeitung von Lösungsansätzen zusammenzufinden (ebd.).

### *5.4 Weitere Bausteine*

Die Qualität der Gesundheitsangebote/Kurse ist auf das Fachwissen der Übungsleiter gestützt, welches ständig aktualisiert werden muss. Unter anderem stellt der DTB Gesundheitsprogramme zu Verfügung. Auch eine gute Zusammenarbeit und Kommunikation zwischen dem Verband und den Übungsleitern sichert das Qualitätsmanagement. Dazu wurde die Zeitschrift „PLUSPUNKT GESUNDHEIT – das Magazin“ entwickelt (RÜHL, 2003). Auch auf einer extra eingerichteten Internetseite –



www.pluspunkt-gesundheit.de – kann man sich über aktuelle Angebote/Kurse in ganz Deutschland informieren (o.V., 2004). Als weiterer Baustein gilt die Befragung der Teilnehmer, inwiefern ihnen die Angebote zusagen. So erhalten auch die Übungsleiter Rückmeldungen und können eventuell Veränderungen vornehmen. Ein zusätzlicher wichtiger Aspekt ist die Einrichtung eines wissenschaftlichen Beirats mit Experten aus den Gesundheits- und Sportwissenschaften (ebd.).

## 6 Bewertung

Der DTB bietet mit der Auszeichnung PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB vielfältige gesundheitsorientierte Angebote/Kurse an, die den Vereinen neben ihren Trainingsangeboten ein weiteres Feld des organisierten Sporttreibens erschließen. Die verschiedenen Programme, wie Walking, „Rücken-Fit“, Cardio-Fit u. v. m., unterscheiden sich maßgeblich von vielen Freizeitprogrammen des DSB und der Ärzteschaft. Da die Programme des PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB alle unter der Leitung von qualifizierten Übungsleitern stehen und dem Prinzip des Qualitätszirkels im Sport folgen, ist für eine hinreichende Betreuung während des Sporttreibens gesorgt. Betrachtet man dies und weitere Qualitätskriterien, die vom DTB vorgegeben sind und erfüllt werden müssen, kann man von einem qualifizierten und gesundheitsbewussten Sporttreiben ausgehen. Die Ausbildung der Pluspunkt-Übungsleiter muss vom DTB mit besonderer Sensibilität und Sorgfalt behandelt werden, da sie für die qualifizierte Umsetzung des Vereinsangebotes verantwortlich sind. So spielen auch die Bausteine des Qualitätsmanagements von Gesundheitssport im DTB eine wichtige Rolle. Alle Bausteine bilden im Gesamten eine Einheit, die für alle Beteiligten des PLUSPUNKT GESUNDHEIT-Angebotes/Kurses Vorteile bringt. Dies gilt z.B. für die Internetadresse, die für jedermann zugänglich ist ([www.pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de)), oder es sind Aus- und Fortbildungen gemeint. Abschließend ist zu sagen, dass für den gesundheitsbewussten, sporttreibenden Menschen das PLUSPUNKT GESUNDHEIT-Angebot/Kurs eine neuartige, qualitativ hochwertige und preisgünstige Alternative zu kommerziellen Anbietern ist. Der PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB bietet durch fachlich geschulte Übungsleiter, die bestimmte Rahmenbedingungen erfüllen müssen, einen im Gesundheitssport wichtigen Qualitätsstandard an.

## Literaturverzeichnis/ Quellenverzeichnis

HARTMANN, H., OPPER, E., SUDERMANN, A.: Qualitätsmanagement von Gesundheits-sport im Verein. Endbericht des Forschungsprojektes, Darmstadt: Institut für Sportwis-senschaft 2002

OPPER, E.: Deutscher Turner-Bund (Hrsg.): PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB: Das Güte-siegel des Deutschen Turner-Bundes für gesundheitsorientierte Vereinsangebote; Frankfurt/Main, 2003

o.V.: Deutscher Turner-Bund (Hrsg.): PLUSPUNKT GESUNDHEIT, In: <http://www.pluspunkt-gesundheit.de> ( 20.04.2004)

RENNER, R.: Herz und Kreislauf durch Bewegung fördern: Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT, In: Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin 54, 2003, 155- 156

RÜHL, J.: Deutscher Turner-Bund (Hrsg.): PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB – Das Maga-zin: Bauchmuskeltraining, Bonussysteme 3 + 4; Frankfurt/Main, 2003

### ANHANG:

1) Faltblatt des Rhein Hessischen Turnerbundes e.V.: DTB-Lizenz-Ausbildungen; Rhein Hessischer Turnerbund e. V., Jahnstraße 4, 55124 Mainz: <http://www.dtb-online.de/fitnessundgesundheit/dtbbildungsplan/profile.pdf> (1 Blatt)

2) Faltblatt des Rhein Hessischen Turnerbundes e.V.: Antrag auf Erteilung des Deut-schen Turner-Bundes – DTB-Prädikats „Pluspunkt Gesundheit. DTB“: <http://www.pluspunkt-gesundheit.de/> und der Dachmarke „Sport pro Gesundheit“: <http://www.tvn.org/service/download/Antragsformular%20Pluspunkt.pdf> Rhein Hessi-scher Turnerbund e. V., Jahnstraße 4, 55124 Mainz (4 Blätter)

3) Antrag auf Erteilung des DTB-Prädikats „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ und der Dach-marke „Sport und Gesundheit“ (1 Blatt, nächste Seite)

4) Prädikat des Deutschen Turner-Bundes: Prädikat; Deutscher Turner-Bund, Otto-Fleck-Schneise 8, 60528 Frankfurt/Main (1 Blatt, übernächste Seite)

# Antrag auf Erteilung des DTB-Prädikats „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ und der Dachmarke „Sport pro Gesundheit“



Hiermit beantragen wir den „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ und die Dachmarke „Sport pro Gesundheit“ für die nachfolgend aufgeführten gesundheitsfördernden Vereinsangebote:

**!! Bitte mit Schreibmaschine oder in Druckbuchstaben vollständig ausfüllen !!**

**Titel des Angebots**

Dauerangebot  Kursangebot  Anzahl der Unterrichtsstunden \_\_\_\_\_

**Zielgruppe des Angebots**

Übungsort Übungsstätte Tag Zeit  
 Straße  
 PLZ, Ort

Inhaltliche Zuordnung  
 Rückengymnastik  Fitness und Gesundheit  Ausdauertraining  Gesundheitssport für Kinder u. Jugendliche

Gesundheitssport für Ältere  Präventionssport  Reha-Sport  Entspannungstraining

Name und Anschrift  
 Übungsleiter/-in

Qualifikationen

Nur vom LTV/DTB auszufüllen! genehmigt  nicht genehmigt  Verlängerung

**Titel des Angebots**

Dauerangebot  Kursangebot  Anzahl der Unterrichtsstunden \_\_\_\_\_

**Zielgruppe des Angebots**

Übungsort Übungsstätte Tag Zeit  
 Straße  
 PLZ, Ort

Inhaltliche Zuordnung  
 Rückengymnastik  Fitness und Gesundheit  Ausdauertraining  Gesundheitssport für Kinder u. Jugendliche

Gesundheitssport für Ältere  Präventionssport  Reha-Sport  Entspannungstraining

Name und Anschrift  
 Übungsleiter/-in

Qualifikationen

Nur vom LTV/DTB auszufüllen! genehmigt  nicht genehmigt  Verlängerung

**Titel des Angebots**

Dauerangebot  Kursangebot  Anzahl der Unterrichtsstunden \_\_\_\_\_

**Zielgruppe des Angebots**

Übungsort Übungsstätte Tag Zeit  
 Straße  
 PLZ, Ort

Inhaltliche Zuordnung  
 Rückengymnastik  Fitness und Gesundheit  Ausdauertraining  Gesundheitssport für Kinder u. Jugendliche

Gesundheitssport für Ältere  Präventionssport  Reha-Sport  Entspannungstraining

Name und Anschrift  
 Übungsleiter/-in

Qualifikationen

Nur vom LTV/DTB auszufüllen! genehmigt  nicht genehmigt  Verlängerung

Unterschrift des Vereinsvorsitzenden / Vereinsstempel (lesbar!!)

# PRÄDIKAT



Deutscher  
Turner-Bund  
DTB 非

Für herausragende Leistungen im Bereich  
Gesundheitssport und qualifizierte Vermittlung  
gesundheitsfördernder Bewegungsangebote  
an seine Mitglieder verleihen wir dem



das Prädikat „Pluspunkt Gesundheit. DTB“. Der Verein erfüllt  
die vom Deutschen Sport aufgestellten Kriterien für gesundheits-  
orientierte Vereinsangebote und hat dies in Prüfungen durch  
den Landesturnverband nachgewiesen.



AUSGEZEICHNETES  
ANGEBOT

