

Termine 3. Quartal 2025

14.-18.07. GET-Ferienspatzaktion 1. FeWo: Grugapark Essen
„Mit Vollgas in den Ferienspaß“

16.-27. 07. Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games



FISU
WORLD
UNIVERSITY
GAMES
SUMMER

16.-27. Juli 2025 - Welthochschulspiele Messe Essen

RSG 17.-19. Juli, Halle 4
GTm,w 22.-26. Juli, Halle 3
<https://rhineruhr2025.com/de> > Zeitplan > Essen

11.-15.08. GET-Ferienspatzaktion 5. FeWo: Grugapark Essen
„Tatort GRUGA - Park für das Unfassbare“

18.-22.08. GET-Ferienspatzaktion 6. FeWo: Grugapark Essen
„In 5 Tagen um die Welt -
eine Weltreise im Grugapark“

30.08. 10.00 h KAHA® Update TH Theodor Goldschmidt RS

06.-07.09 09.00 h Sporthelfer/Sportassistenten- TH GS Bockmühle
ausbildung I und II (1. WE)

20.09. 10.00 h Bewegt in Kraft und Koordination TH Theodor Goldschmidt RS

20.09. 17.00 h 2. BL Nord DTL GTm 1. WK SH Haedenkampstr.
GymTeam METROPOLE RUHR : TG Saar II

21.09. 09.00 h Achtsam in Kraft u. Koordination TH Theodor Goldschmidt RS

21.09.



Weltkindertag 21.09.25, 11 - 17 Uhr Grugapark Essen

Spiel, Spaß und Bewegung mit den GET—
Spiel- und Mitmachaktionen im Grugapark Essen.

Gerätturnen, m 2. Bundesliga Nord DTL

GymTeam METROPOLE RUHR - Heimwettkämpfe

29.09.2025 gegen TG Saar II, 17 Uhr
04.10.2025 gegen KTT Oberhausen, 17 Uhr
11.10.2025 gegen TSV Monheim, 17 Uhr
25.10.2025 gegen KTV Ries, 17 Uhr

SH Haedenkampstr. 72, 45143 Essen



↑ Rauf und Runter ↓

KURZ UND GUT

Sportmeisterehrung

Bei der diesjährigen Sportmeisterehrung im Essener Rathaus wurden für ihre herausragenden sportlichen Leistungen in 2024 Sportlerinnen und Sportler der Stadt Essen gewürdigt. Ausgezeichnet werden im Rahmen der jährlichen Veranstaltung auch Personen für ihr ehrenamtliches Engagement im Bereich Sport.



Artur Sahakyan

Als Deutscher Meister an den Ringen und Bronzegewinner beim Welt-Cup in Antalya / Türkei wurde **Artur Sahakyan** vom TB Altendorf Sportmeister in der Kategorie Gerätturnen, m.

Für ihre langjährige ehrenamtliche Tätigkeit in der Sparte Breitensport, mit der sie im besonderen Maße den Essener Sport mitgeprägt hat, wurde **Helga Herrmann** von der MTG Horst ausgezeichnet.

Wir gratulieren herzlich!

Der Leistungssport bei der GET hat viele Facetten: Spitzensportler*innen, Bundesligaturnen, Sportveranstaltungen... .

1. Bundesliga RSG

Der ETB S-W, der mit den Vereinen des Rheinlands (TSV Bayer Leverkusen, SSV Düsseldorf-Knittkuhl und TSV Bocholt) eine Mannschaft unter dem Namen Team Rheinland bildet, startet in diesem Jahr in der ersten Deutschen Turnliga.

RSG Staffel A, 1. Wettkampftag
18.10.2025 17:00 Uhr, Sporthalle Marie Curie Gymnasium, Gräulicher Str. 15 - 40625 Düsseldorf.

2. Bundesliga Nord GTm

20.09.2025 17:00 Uhr, Haedenkampshalle Haedenkampstraße 72 - 45143 Essen.
GymTeam METROPOLE RUHR : TG Saar II

Akrobatinnen des TV Bredeneby eröffnen die Ruhr-Games

Die Akrobatinnen des TV Bredeneby eröffnen das Show-Programm der Ruhr-Games, die im Rahmen der FISU World University Games stattfinden.

17.07.2025 13:00 Uhr, Jahrhunderthalle An d. Jahrhunderthalle 1 - 44793 Bochum.

Ausbildungen

SPORHELPER/ SPORTASSISTENTEN-AUSBILDUNG I UND II

A 2025-97040:

(60 LE) Fit als Assistent/in von Übungs- und Jugendleiter/innen

An der Seite von Übungsleiter*innen gestalten Sporthelfer*innen die Sportangebote für Kinder und Gleichaltrige mit.

Sie nehmen Einfluss auf die Auswahl von Bewegungsangeboten, bringen Trends ein und berücksichtigen so die Bedürfnisse von Jüngeren.

Bei der Planung und Durchführung von Spiel- und Übungsstunden wirken sie mit, wobei sie Stundenteile oder Teilgruppen unter Aufsicht selbstständig leiten.

Die Ausbildung der Gemeinschaft Essener Turnvereine legt neben den obligatorischen Inhalten der Sportassistentenausbildung besonders Wert auf die Aspekte des Gerätturnens und der spielerischen Heranführung über Gerätelandschaft und methodische Reihen.

Teilnehmen können 13-16-jährige Jugendliche, die sich in der Vereinsjugendarbeit bereits aktiv beteiligen oder Lust haben, künftig mitzuarbeiten.

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die Teilnehmenden die "Sporthelfer*innen - Sportassistent*innen GET - Lizenz".

Diese Ausbildung gilt als **Vorstufe** für die Übungs- und Jugendleiterausbildung und wird binnen vier Jahre als Basismodul anerkannt.

Voraussetzung: Bereitschaft, aktiv mit zu gestalten und an allen Terminen teilzunehmen.

- **Termine:** 06./07.09.25 & 13./14.09.25 & 20./21.09.25
Sa + So: 9 - 18 Uhr
Mitarbeit beim Weltkindertag am So, 21.09.22, 8 - 18 Uhr
- **Ort:** TH GE Bockmühle
- **Leitung:** Lehrteam GET, I. Weyers
- **Preis:** 150 €, 85 € mit QZ BEMO-Empf. 45 € GET-Mitglieder

Rhönradturnen

Helena Wehmeyer qualifiziert sich bei den DJM für WM-Qualifikation

Bei den Deutschen Jugendmeisterschaften, die im Rahmen des Internationalen Deutschen Turnfests in Leipzig stattfanden, ging auch Helena Wehmeyer von der SG Heisingen an den Start.

Die 14-Jährige wurde nicht nur deutsche Vizemeisterin in ihrer Altersklasse sondern sicherte sich mit dieser Leistung auch eine Startberechtigung für die erste von zwei WM-Qualifikationen im kommenden Jahr.

Die GET gratuliert herzlich!

ÜL C-Lizenz-Ausbildung Breitensport Kinder und Jugendliche

- Komplet in den Herbstferien!



BASISMODUL ÜL C - DIE SOLIDE BASIS

A 2025-97201

(15 LE) Um deine Begeisterung und Freude für den Sport weiterzugeben und kompetent mit Sportgruppen zu agieren, nimm jetzt an unserem Basismodul teil! Starte deinen Weg zur lizenzierten Übungsleiterin oder zum lizenzierten Übungsleiter.

Inhalte des Basismoduls

In diesem Basismodul machst du erste Erfahrungen im Anleiten von Gruppen. Du erwirbst dafür das theoretische Hintergrundwissen von erfahrenen Übungsleiter*innen, die dich in deiner Entwicklung begleiten. Zudem setzt du dich mit sportwissenschaftlichen Aspekten wie der Koordination auseinander.

Zusammen in einer Gruppe mit weiteren angehenden Übungsleiter*innen wird der Spaß im Ausprobieren neuer Spiele und Übungsideen nicht zu kurz kommen.

Qualifizierungswege nach dem Basismodul

Nach dem Basismodul hast du mehrere Möglichkeiten:

Du kannst ein Aufbaumodul mit 90 LE besuchen und zwischen den Profilen 'sportartübergreifend' und Kinder/Jugendliche wählen.

Im Profil 'sportartübergreifend' werden alle Alters- und Zielgruppen während des Lehrgangs besprochen. Im Profil Kinder/Jugendliche wirst du konkreter auf die Übungsleiter*in Tätigkeit für die Altersgruppen 6 bis 18 Jahren vorbereitet.

Mit der ÜL-C Lizenz im Profil Kinder/Jugendliche kannst du später auch mit Erwachsenen-Gruppen trainieren.

Was sonst noch wichtig ist

Wenn du eine Lizenz erwerben möchtest, müssen 120 Lerneinheiten (1 LE entspricht 45 min.) innerhalb von 2 Jahren absolviert sein und du musst eine gültige Erste-Hilfe Bescheinigung (9 LE) einreichen.

Zulassungsvoraussetzung ist die Vollendung des 15. Lebensjahres.

Die Lizenz wird mit Erreichen des 16. Lebensjahres erteilt.

- **Termine:** 03.-05.10.25
tgl. 9 - 18 Uhr
- **Ort:** TH GE Bockmühle
- **Leitung:** Lehrteam GET, I. Weyers
- **Preis:** 200 €, 120 € mit QZ BEMO-Empf. 75 € GET-Mitglieder

AUFBAUMODUL BREITENSPORT KINDER UND JUGENDLICHE

Diese Ausbildung wird in Kooperation mit dem Rheinischen Turnerbund e.V. (Lizenzgeber) durchgeführt.

A 2025-97212

(90 LE) Persönlichkeitsentwickler*in und Talententdecker*in werden!

Zielgruppe sind Vereinsmitarbeiter*innen, die Kinder- oder Jugendgruppen sportlich betreuen wollen.

Die sportbezogene Kinder- und Jugendarbeit fordert von den Übungsleiter*innen für die Durchführung des Übungsbetriebs spezifisches theoretisches Hintergrundwissen, sowie selbstverständlich auch zielgruppenorientierte sportpraktische Inhalte, um Kinder, Jugendliche und Heranwachsende optimal im Sinne einer ganzheitlichen Entwicklungsförderung zu unterstützen.

Die Inhalte werden fachlich ausgeglichen und praxisnah vermittelt.

Schwerpunkt dieser Ausbildung von uns als Turnverband wird das Kinderturnen sein.

Inhalte des Aufbaumoduls

In diesem Aufbaumodul lernst du wie Sportangebote für Kinder und Jugendliche und jungen Erwachsenen geplant und umgesetzt werden. Die sportmotorischen Entwicklungsstufen dieser Zielgruppe, Aspekte der Trainingswissenschaft mit den Themen Ausdauerförderung, Kraft- und Koordinationstraining und der Einsatz von Spiel- und Übungsformen sind Teil der Übungsleiter*innen-Ausbildung. Zudem setzt du dich mit Gruppenprozessen, deinem Auftreten vor Gruppen und der Lösung von möglichen Konflikten auseinander.

Voraussetzung:

Das Basismodul Übungsleiter*in C, Trainer*in C und Jugendleiter*in oder erfolgreiche Teilnahme an einer Sporthelfer*in I und II Ausbildung oder Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme am Einführungsseminar der Freiwilligendienste im Sport mit dem Schwerpunkt Basismodul/Schule.

Vollendung des 16. Lebensjahres.

Basis- und Aufbaumodul müssen innerhalb von 2 Jahren abgeschlossen sein.

Die SH II Ausbildung wird 4 Jahre zum Einstieg in das Aufbaumodul anerkannt; bei Tätigkeit in einer Schule oder Sportverein sogar 8 Jahre.

- **Termine:** 18.-26.10.25
tgl. 9 - 18 Uhr
- **Ort:** TH GE Bockmühle
- **Leitung:** Lehrteam GET, I. Weyers
- **Preis:** 540 €, 340 € mit QZ BEMO-Empf. 225 € GET-Mitglieder

Hinweis zum Kürzel QZ BEMO-Empf.:
Qualifizierungszentrum Bottrop, Essen, Mülheim, Oberhausen-Empfehlung

Events

GET-FERIENSPATZAKTIONEN SOMMER 2025 !!!

1. Ferienwoche

„Mit Vollgas in den Ferienspaß“

- Sommer, Sonne, Sand ...und Gruga-bad !
- Je nach Wetterlage 1x Schwimmspaß garantiert
- Aber auch an Land kann man ordentlich Spaß haben
- Lustige Spiele für alle
- Max. 20 Teilnehmer/innen
Alter: 6 - 12 Jahre 14.-18.07.25

2. Ferienwoche

„Gruga Olympiade“ - ABGESAGT !!!

Olympische Sportarten kennenlernen

- Große und kleine Spiele
- Akrobatik
- Neue Sportideen
- Zeigt, was ihr drauf habt!
- Max. 20 Teilnehmer/innen
Alter: 6 - 12 Jahre 21.-25.07.25

Alle Ferienspatzaktionen finden von Mo - Fr in der Zeit von 9.30-15.30 Uhr im Grugapark Essen statt. TN-Gebühr: 80 €, Geschwisterkinder 70 € - ohne Parkeintritt. Um diesen kostenlos zu erhalten, muss man sich vorher den Ferienspatz-Pass besorgen: ferienpass.essen.de.

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine verbindliche Anmeldung und das Seepferdchen - Schwimmspaß bei schönem Wetter garantiert! Inhaltliche Beratung: GET Geschäftsstelle!

5. Ferienwoche

„Tatort Gruga - Park für das Unfassbare“

- Detektiv-Spiele
- Verfolgungsjagd
- Mit der Lupe auf den Spuren von Sherlock Holmes
- Fitnessstest für Detektive/innen
- Max. 20 Teilnehmer/innen
Alter: 6 - 12 Jahre 11.-15.08.25

6. Ferienwoche

„In 5 Tagen um die Welt – eine Weltreise im Grugapark“

- Wir erobern den Grugapark
- In 5 Tagen 5 „Kontinente“ in der Gruga entdecken
- Zu Land und zu Wasser gibt's viel zu erleben
- Max. 20 Teilnehmer/innen
Alter: 6 - 12 Jahre 18.-22.08.25

WELTKINDERTAG 2025

21. September 2025, 11 - 17 Uhr



Grugapark Essen Kranichwiese, WKT 2024

Sich mal wieder so richtig austoben; an diesem Tag haben kleine und große Besucher die Möglichkeit dazu. Wir - die GET - möchten gemeinsam mit EUCH aktiv sein und laden alle Kinder aus Essen und Umgebung ein, auch in diesem Jahr dabei zu sein.

Spiel, Spaß und Bewegung - wir freuen uns auf EUCH !!!

Gut zu wissen: An diesem Tag haben Kinder bis 15 Jahre freien Eintritt in den Park und der ÖPNV befördert kostenlos dorthin.

Helferinnen und Helfer gesucht

Wir benötigen dringend Unterstützung bei Planung und Durchführung der GET-Spielstationen am Weltkindertag! Über jede helfende Hand freuen wir uns - auch Helfernachwuchs ist gern gesehen.

Übungsleiter*innen aufgepasst!

Übungsleitern mit der Lizenz Kinderturnen werden bei Vorbereitung und Durchführung dieser Bewegungsangebote für die Verlängerung der ÜL C-Lizenz 8 LE anerkannt. Bitte meldet Euch auf der Geschäftsstelle.

Wir brauchen EUCH !!!

Fortbildungen

KAHA® UPDATE

Modul: Fortbildung 2 (TRAINER TWO) F 2025-97331:

(8 LE) Nach der Grundausbildung kannst Du entweder die Fortbildung 1 oder 2 oder beide Tage besuchen, d.h., dass Trainer One nicht vor Trainer Two abgeschlossen werden muss. In beiden Fortbildungen bekommst Du jeweils vier neue vorchoreographierte Tracks, die in klarer Struktur und überwiegend in Partnerarbeit trainiert werden. Dabei bilden auch ein Techniktraining und trainingswissenschaftliche Hintergründe einen Schwerpunkt.

Der Teilnehmer hat nach dem Ausbildungstag den Status KAHA® TRAINER erreicht und erhält dafür eine internationale Urkunde.

Voraussetzung: KAHA®-Instructor

- **Termin:** Sa 30.08.25, 10 - 18 Uhr
- **Ort:** TH Theodor Goldschmidt RS
- **Leitung:** S. Müller, AROHA@Akademie
- **Preis:** 120 €
mit QZ BEMO-Empf./GymCard* 120 €
GET-Mitglieder 65 €

An einem Wochenende die C-Lizenz verlängern
BEWEGT IN KRAFT UND KOORDINATION

F 2025-97332:

(8 LE) Ein ganzheitliches Konzept, dass rhythmisch dynamische Moves mit kraftvollen und koordinativen Elementen verbindet.

- **Termin:** Sa 20.09.25, 10 - 18 Uhr

ACHTSAM IN KRAFT UND KOORDINATION

F 2025-97334:

(8 LE) In diesem Lehrgang werden viele alltagstaugliche Übungen aus dem Bereich der Achtsamkeit vermittelt. Der besondere Fokus liegt darauf, Achtsamkeit in Bewegung einzuüben.

- **Termin:** So 21.09.25, 9 - 16 Uhr
Beide:
- **Ort:** TH Theodor Goldschmidt RS
- **Leitung:** Michaela Reimann, DTB
- **Preis:** 95 €
mit QZ BEMO-Empf./GymCard 60 €
GET-Mitglieder 45 €

Gern geben wir Ihnen weitere Informationen über das „Turnen in Essen“.

Besuchen Sie unsere Geschäftsstelle montags 14 - 16 Uhr, dienstags, mittwochs und donnerstags 9 - 13 Uhr

oder sprechen Sie Ihre Wünsche auf Band.



Haus des Sports · Planckstraße 42 · 45147 Essen
Telefon (0201) 81 46-2 20 · Telefax (0201) 81 46-2 29
www.turnen-in-essen.org
mail@turnen-in-essen.org