



**BTV**   
BAYERISCHER TURNVERBAND



# GYMNASTIVAL 2025

**SAVE THE DATE**  
Am 11. und 12.10.2025 in Schrobenhausen  
[btv-turnen.de](http://btv-turnen.de)

### **Veranstaltungsort**

Michael-Sommer-Mittelschule (und weitere Hallen)  
Georg-Leinfelder-Straße 16  
86529 Schrobenhausen

Meldeschluss: Montag, 29.09.2025

### **Anmeldung**

Einfach und bequem kannst du dich zum BTV-GYMNASTIVAL online über das GymNet anmelden. Unter [gymnastival.btv-turnen.de](https://gymnastival.btv-turnen.de) findest du eine detaillierte Erklärung zur Anmeldung im GymNet.

Hinweis: Aus Sicherheitsgründen ist die Anmeldung personengebunden, d. h. pro E-Mail-Adresse kann sich nur eine Person anmelden. Eine Vereinsmeldung ist möglich. Die Anmeldung ist nicht übertragbar. Die Workshop-Plätze sind begrenzt und werden in zeitlicher Reihenfolge der eingehenden Meldungen vergeben.

### **Teilnahmegebühr**

|  | <b>BTV-Mitgliedsvereine</b> | <b>Sonstige</b> |
|--|-----------------------------|-----------------|
| 1 Tag Präsenz Frühbucher bis 31.07.25  | 65€                         | 98€             |
| 2 Tage Präsenz Frühbucher bis 31.07.25 | 120€                        | 180€            |
| 1 Tag Präsenz                          | 70€                         | 105€            |
| 2 Tage Präsenz                         | 140€                        | 210€            |

### **Vorläufige Anmeldebestätigung und Einladung**

Sobald wir dich in die Workshops eingebucht haben, erhältst du eine vorläufige Meldebestätigung per E-Mail. Ca. eine Woche vor Veranstaltungsbeginn erhältst du per Mail die Einladung mit deinem persönlichen Zeitplan und allen wichtigen Informationen.

Programm- bzw. Workshop-Änderungen behalten wir uns vor. Sollte dies eintreten und solltest du davon betroffen sein, werden wir dich rechtzeitig informieren.

### **Bezahlung**

Nach dem Meldeschluss wird die Teilnahmegebühr per Lastschriftverfahren durch den BTV eingezogen. Hierzu muss dem BTV ein SEPA-Lastschriftmandat erteilt werden. Die kontoführende Person sichert mit Anklicken des entsprechenden Feldes im GymNet zu, für die Deckung des Kontos zu sorgen. Kosten, die aufgrund von Nichteinlösung oder Rückbuchung der Lastschrift entstehen, gehen zu Lasten der kontoinhabenden Person, solange die Nichteinlösung oder die Rückbuchung nicht durch den BTV verursacht wurde. Die Zahlung der Teilnahmegebühr per Überweisung deinerseits ist nicht möglich.

### **Rücktritt**

Nach der verbindlichen Anmeldung wird im Falle eines Rücktritts bis zum 29.09.2025 (Meldeschluss) eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 20,00 Euro einbehalten. Bei einem späteren Rücktritt (nach Meldeschluss) wird die gesamte Teilnahmegebühr einbehalten. Ein Rücktritt kann grundsätzlich nur schriftlich erfolgen.

### **Versicherung und Haftung**

Für Teilnehmende, die über ihren Verein als Mitglied beim BLSV gemeldet sind, besteht Unfall- und Haftpflichtversicherungsschutz im Rahmen der ARAG Sportversicherung. Darüber hinaus wird keine Haftung übernommen!

### **Datenschutz**

Wir weisen darauf hin, dass es sich um eine öffentliche Veranstaltung handelt. Der BTV behält sich vor, Bild- und Tonaufnahmen von Beteiligten und Gästen zu Zwecken der Öffentlichkeitsarbeit zu erstellen und zu verbreiten, soweit Beteiligte und Gäste nicht im Einzelfall widersprechen. Rechtsgrundlage ist dabei Art. 6, Abs. 1 Lit. f. DSGVO. Das berechtigte Interesse des BTV besteht darin, Veranstaltungen gemäß seiner Satzungsziele durchzuführen und im Rahmen seiner Öffentlichkeitsarbeit über die Inhalte der Veranstaltungen zu informieren. Eine Beschreibung der Rechte als betroffene Person gilt analog zur Datenschutzerklärung unter [btv-turnen.de/der-btv/ueber-uns/datenschutz](https://btv-turnen.de/der-btv/ueber-uns/datenschutz).

### **Verpflegung und Übernachtung**

Alle Infos zur Verpflegung und Übernachtung erhältst du unter [gymnastival.btv-turnen.de](https://gymnastival.btv-turnen.de).

### **Mitzubringen**

Passende Sportbekleidung – je nach gewählten Workshops. Für einige Workshops sind Matten und Handgeräte notwendig. Die Aufstellung „Mitzubringen“ wird dir mit den Lehrgangunterlagen zugeschickt.

## Informationen zur Lizenzverlängerung (LZV)

Die Teilnahme an einem Tag wird mit 8 UE bzw. die Teilnahme an zwei Tagen mit 16 UE zur Verlängerung folgender Lizenzen anerkannt:

- ÜL C Breitensport, Schwerpunkt: Allround-Fitness
- Trainer C Breitensport Gymnastik-Rhythmus-Tanz
- ÜL C Breitensport des BLSV

Für die Verlängerung der Lizenz

- ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche, Schwerpunkt: Jugendturnen müssen mind. 4 Workshops mit der Kennzeichnung  besucht werden.
- Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic müssen mind. 4 Workshops mit der Kennzeichnung  besucht werden.
- Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit müssen mind. 4 Workshops mit der Kennzeichnung  besucht werden.
- Trainer B Breitensport Vorführungen und Choreografie müssen mind. 4 Workshops mit der Kennzeichnung  besucht werden.
- ÜL B Breitensport Proil Erwachsene/ Ältere, Schwerpunkt Ältere müssen mind. 4 Workshops mit der Kennzeichnung  besucht werden.
- ÜL B Breitensport – Sport in der Prävention müssen 8 Workshops mit der Kennzeichnung  besucht werden.

### Kontakt

Bayerischer Turnverband e. V.  
Gymnastival  
Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München

 089 15702-314

 [gymnastival@btv-turnen.de](mailto:gymnastival@btv-turnen.de)

 [gymnastival.btv-turnen.de](http://gymnastival.btv-turnen.de)

## Samstag 11.10.2025

| 09:00 bis 09:45        |  | Warm-up mit Sabrina Graf in der Mittelschule (Teilnahme freiwillig)   |   |                     |
|------------------------|--|---|---|---------------------|
| Halle 1: Mittelschule  |  | Halle 2: Gymnasium  |   | Halle 3: Realschule |
| <b>10:00 bis 11:30</b> | <b>WS 111</b> <span>J FA FuG CH P S</span><br>Wie trainiere ich meine (Turnhallen-) Stimme?<br>Anne Bley | <b>WS 112</b> <span>FA FuG CH</span><br>Tanztechnik - Crosstraining für Tänzer*innen (Übungen mit Ball und Theraband)<br>Susa Riesinger | <b>WS 113</b><br>Kids Dance Fit (Kinder 8 - 11 Jahre)<br>Sabrina Graf   |                     |
| <b>12:00 bis 13:30</b> | <b>WS 121</b> <span>CH</span><br>Tanzakrobatik<br>Annalena Hennig  | <b>WS 122</b> <span>J CH</span><br>Musical Jazz<br>Susa Riesinger   | <b>WS 123</b> <span>FA FuG</span><br>Tanz-Fitness (Erwachsene)<br>Sabrina Graf                                  |                     |
| <b>MITTAGSPAUSE</b>    |  |   |   |                     |
| <b>14:15 bis 15:45</b> | <b>WS 131</b> <span>CH</span><br>Tanztechnik (Drehungen & Sprünge)<br>Annalena Hennig                    | <b>WS 132</b> <span>CH</span><br>FloorBarre<br>Susa Riesinger   | <b>WS 133</b> <span>FuG P S</span><br>Fokus Wirbelsäule - Training mit dem Redondo-Ball® Plus<br>Katrin Seibert |                     |
| <b>16:15 bis 17:45</b> | <b>WS 141</b> <span>J CH</span><br>Lyrical Dance<br>Annalena Hennig                                      | <b>WS 142</b> <span>FuG P S</span><br>Pilates mit Ball und Theraband<br>Susa Riesinger  | <b>WS 143</b> <span>FuG P S</span><br>Flowing Stretch<br>Katrin Seibert   |                     |

### Infos zu den Workshops am Samstag

#### 111 | Wie trainiere ich meine (Turnhallen-)Stimme? | Anne Bley

Du erfährst, wie du deine Stimme stärken, gesund halten und so die Aufmerksamkeit deiner Gruppe nachhaltig gewinnen kannst. Durch praktische Übungen erhältst du die Möglichkeit, deine stimmlichen Fähigkeiten auszuprobieren und zu verbessern.

*keine Vorkenntnisse notwendig*

#### 112 | Tanztechnik - Crosstraining für Tänzer\*innen (Übungen mit Ball und Theraband) | Susa Riesinger

Woher kommt eine Bewegung? Welche Muskelpartien benötigt man dazu? Welche Übungen helfen, besseres Placement zu erzielen? Woran liegt es, wenn Turns nicht funktionieren? Wie kann man die Stabilität der Kursteilnehmenden verbessern?

Dieser Workshop ist eine Mischung aus Praxis und praxisnaher Theorie. Während der Übungen gibt es kleine Theoriehäppchen, die im Üben sofort umgesetzt werden.

*Fortgeschrittene bzw. solide Vorkenntnisse erforderlich*

#### 113 | Kids Dance Fit (Kinder 8 - 11 Jahre) | Sabrina Graf

Eine aufregende Mischung mit fetziger Musik und Ideen für ein Tanzprogramm für Kinder. Vorschläge für Warm-up und Choreo sowie Spielideen & Accessoires, um die Freude am Tanzen zu fördern sowie die Fitness spielerisch zu steigern.

*für Anfänger & Fortgeschrittene*

#### 121 | Tanzakrobatik | Annalena Hennig

Du lernst verschiedene tänzerische Akrobatik-elemente, die am Schluss zu einer kleinen Choreografie zusammen gesetzt werden.

*Anfänger & Fortgeschrittene*

#### 122 | Musical Jazz | Susa Riesinger

Hier geht es um sogenannte „Sänger bzw. Tänzerchoreos“. Also die Kombination von Tanz, Schauspiel (und ggf. Gesang). Ein Musikstück wird nicht nur tänzerisch erarbeitet, sondern belebt durch Mimik, Gestik, Schauspiel, Interaktion mit der Gruppe. Genau das, was uns an Musicals so fasziniert. Nach einem kurzen Warmup geht es los mit der Choreo, um ausreichend Zeit für die Feinarbeit zu haben.

*Fortgeschrittene bzw. gute Vorkenntnisse erforderlich*

#### 123 | Tanz-Fitness (Erwachsene) | Sabrina Graf

Ein energiegeladener Workshop voller Spaß und Bewegung. Warm-up Choreo Ideen, gefolgt von mitreißenden Tanz-Fitness Choreos zu coolen Beats, die zum Mitmachen animieren. Mit einem entspannten Cool-Down inkl. Übungen zur Mobilität und Flexibilität runden wir das Programm ab.

*für Anfänger & Fortgeschrittene*

#### 131 | Tanztechnik (Drehungen & Sprünge) | Annalena Hennig

Du möchtest deine Technik im Tanzen verbessern, tänzerische Sprünge und Drehungen lernen? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig!

*für Anfänger & Fortgeschrittene*

#### 132 | FloorBarre | Susa Riesinger

Ballettübungen am Boden statt an der Ballettstange. Die Übungen sind effektiv und tiefgehend. Trainiert wird flex-point, parallel und auswärts. Angesprochen wird der komplette Körper, vor allem die Rumpfmuskulatur.

*für Anfänger & Fortgeschrittene*

**133 | Fokus Wirbelsäule - Training mit dem Redondo-Ball® Plus | Katrin Seibert**

In diesem Training schenken wir unserer Wirbelsäule die Aufmerksamkeit und tun Gutes für unseren Rücken. Den Redondo Ball Plus setzen wir als Hilfsmittel ein, denn er macht das Training abwechslungsreich und effektiv.

**141 | Lyrical Dance | Annalena Hennig**

Hier wird getanzt! Wir beginnen die Stunde mit einem tänzerischen Warm Up und gehen dann über in das Erlernen einer Lyrical Dance Choreografie.

*für Anfänger & Fortgeschrittene*

**142 | Pilates mit Ball und Theraband | Susa Riesinger**

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, bei dem insbesondere die tiefliegende Muskulatur angesprochen wird, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgt. Grundlage ist das sogenannte „Powerhouse“, also die tiefe, stützende Muskulatur der Körpermitte rund um die Wirbel.

*für Anfänger & Fortgeschrittene*

**143 | Flowing Stretch | Katrin Seibert**

Mit Hilfe fließender, dynamischer Bewegungsabfolgen lösen wir Verspannungen und Störungsfelder, verbessern die Beweglichkeit und regen die Regeneration des Körpers an.

**Sonntag 12.10.2025**

|                        | Halle 1: Mittelschule  | Halle 2: Gymnasium  | Halle 3: Realschule  |
|------------------------|--|---|--|
| <b>09:00 bis 10:30</b> | <b>WS 211</b> <span style="float:right">CH</span><br>Handgerät Fusion - Reifen & Ball – fertige Choreografie<br>Gabi Bastian | <b>WS 212</b> <span style="float:right">FA FuG</span><br>Dance Aerobic ohne Step<br>Julia König                 | <b>WS 213</b> <span style="float:right">J CH</span><br>Hip Hop<br>Silvan Ruprecht                        |
| <b>11:00 bis 12:30</b> | <b>WS 221</b> <span style="float:right">J CH</span><br>Dance Trends<br>KNS-Referententeam                                    | <b>WS 222</b> <span style="float:right">FuG S P</span><br>Faszienpilates<br>Julia König                         | <b>WS 223</b> <span style="float:right">J CH</span><br>Funky Jazz<br>Silvan Ruprecht                     |
| <b>MITTAGSPAUSE</b>    |  |   |  |
| <b>13:15 bis 14:45</b> | <b>WS 231</b> <span style="float:right">J CH</span><br>Einführung in Improvisation<br>Gabi Bastian                           | <b>WS 232</b> <span style="float:right">J CH</span><br>Jazz Dance meets Hip Hop<br>Julia König                  | <b>WS 233</b> <span style="float:right">FuG S P</span><br>Yoga Dance<br>Sara Grün                        |
| <b>15:15 bis 16:45</b> | <b>WS 241</b> <span style="float:right">FuG FA CH</span><br>Line Dance kreativ<br>Maya Eckereeder, Silas Bauer               | <b>WS 242</b> <span style="float:right">J CH</span><br>Choreografie - von der Idee auf die Bühne<br>Julia König | <b>WS 243</b> <span style="float:right">FuG S P</span><br>Stretching-Entspannung-Meditation<br>Sara Grün |

**Infos zu den Workshops am Sonntag**

**211 | Handgerät Fusion – Reifen & Ball – fertige Choreografie | Gabi Bastian**

Zuerst werden wir ein paar Grundtechniken mit dem Reifen und Ball erlernen. Dann setzen wir alles zu einer tänzerischen Choreografie zusammen.

**212 | Dance Aerobic ohne Step | Julia König**

Wir kombinieren die besten Elemente aus Aerobic und Tanz zu einer mitreißenden Fitness-Routine! Mit einfachen, aber effektiven Bewegungen aus verschiedenen Tanzstilen bringen wir deinen Körper in Schwung und verbessern gleichzeitig Ausdauer, Koordination und Muskulatur.

**213 | Hip Hop | Silvan Ruprecht**

Der Workshop startet mit einem energiegeladenen Warm-up, in dem du grundlegende Techniken und Konzepte des Hip Hop kennlernst. Im Anschluss erarbeiten wir gemeinsam eine coole Choreografie – mit Fokus auf Groove, Flow und Ausdruck.

*ohne Vorkenntnisse; für alle, die Lust haben, sich zur Musik zu bewegen und Hip Hop in seiner Vielfalt zu erleben*

**221 | Dance Trends | KNS-Referententeam**

Du willst neuen Schwung in deine Tanzstunden bringen? Dann bist du in diesem Workshop genau richtig! Du bekommst fertige kurze Choreographien für verschiedene Tanzstile zu aktuellen Hits. z.B. Hip Hop, TIKTOK, Line Dance.

**222 | Faszienpilates | Julia König**

Wir verbinden die bewährten Prinzipien des Pilates mit dem Faszientraining, um deinem Körper zu mehr Flexibilität, Stabilität und Wohlbefinden zu verhelfen. Faszienpilates ist eine ganzheitliche Methode, die darauf abzielt, die tieferen Gewebeschichten zu aktivieren, Verspannungen zu lösen und die Körperhaltung zu verbessern.

**223 | Funky Jazz | Silvan Ruprecht**

In diesem Workshop verschmelzen klare Jazztechnik und kraftvolle Commercial-Moves zu einer ausdrucksstarken Choreografie – alles zu mitreißenden Pop Beats. Dich erwartet eine Mischung aus Energie, Performance und ganz viel Spaß am Tanz.

*ohne Vorkenntnisse; für alle, die Lust auf Bewegung, Ausdruck und gute Vibes haben*

### 231 | Einführung in Improvisation | Gabi Bastian

Hier lernst du, wie du mit einfachen Tools an das große Thema Improvisation herangehen kannst und das Ergebnis perfekt in deine Tanz-Choreographien einbaust.

### 232 | Jazz Dance meets Hip Hop | Julia König

Wir verbinden die geschmeidigen Bewegungen und die Ausdruckskraft des Jazz Dance mit der dynamischen, rhythmischen Energie des Hip Hop. Ein abwechslungsreiches Tanz-Erlebnis für alle, die sowohl die Technik des Jazz Dance als auch den freigeistigen, kraftvollen Stil des Hip Hop lieben.

### 233 | Yoga Dance | Sara Grün

Freu dich auf dieses Abenteuer, bei dem verschiedene Yoga-Positionen zu einer fließenden Choreografie verschmelzen. Sei bereit dich mit deinem ganzen Sein dem Bewegungsfluss auf wunderschöne Musik einzulassen.

*keine Erfahrung in Yoga & Tanz notwendig*

### 241 | Line Dance kreativ | Maya Eckereder, Silas Bauer

Diese Form des Tanzens begeistert durch Vielseitigkeit,

schnelle Erfolgserlebnisse, universelle Anwendbarkeit und macht auch ohne Partner sehr viel Spaß. Vorge stellt werden nicht nur verschiedene Musikstile sondern auch kreative Möglichkeiten in der Organisation.

### 242 | Choreografie - von der Idee auf die Bühne | Julia König

In diesem Kurs lernst du, wie du aus einfachen Schritten eine spektakuläre Bühnenshow auf die Beine stellst. Vom Thema, über Outfit, Make up und den verschiedenen Tanzstilen wirst du in die Welt von Show und Tanz eingeführt.

### 243 | Stretching-Entspannung-Meditation | Sara Grün

Wir nehmen uns Zeit für verschiedene Stretching-Methoden und gehen von dynamischen Bewegungen immer mehr über zur Entspannung. Verschiedene Geräte helfen uns nicht nur selbst die richtige Haltung zu finden, sondern zeigen uns auch Möglichkeiten im Umgang mit unseren Teilnehmenden auf. Am Ende lässt uns der Fokus auf unsere Atmung in die Stille gleiten und wir beenden den Tag mit Meditation.

**Feuerwerk der Turnkunst**  
EUROPAS ERFOLGREICHSTE TURNSHOW

**VIVA**  
TOURNEE 2026

**20% Rabatt mit dem Code BTV-7EB93U**

**TURN WARRIOR**

**Bereit, wenn du es bist!**

**Städtetour zu Gast in Bayern**

- Coburg 16. - 20.07.2025
- Schweinfurt 18. - 21.09.2025

- Schulaktionen
- Try Out Sessions
- Einzel- und Team-Challenges mit Finale

mehr Infos unter [www.turn-warrior.de](http://www.turn-warrior.de)