

"Fit im Kopf und überhaupt....."

eine Kooperation des

Niedersächsischen Turn-Verbandes (NTB)
mit dem Deutschen Bridgeverband (DBV)

Einsteiger-/ Aufbau-Lehrgang Nr. 132 /18

Teilnehmerkreis:

Für alle Interessierten aus den Vereinen des Niedersächsischen Turner-Bundes, die eine Einführung in das Bridge-Spiel bekommen möchten oder sich neben der Bewegung im Bridge fortbilden möchten.

Für Interessierte des Deutschen Bridgeverbandes, die sich nicht nur geistig, sondern in Zukunft auch noch oder verstärkt körperlich fit halten möchten; nach dem Motto: **"Dem Kopf Beine machen!"**

Inhalte:

Bridge: Mini-Bridge, Fortbildung im Hinblick auf Reizung, Spieltechnik, sowohl Alleinspiel als auch Gegenspiel, Turniere

Bewegungsangebote:

Gymnastik, Gedächtnistraining, Kreativitäts- und Kommunikationsspiele, Rhythmus/Tanz, Brain-Walking, Freizeitspiele, Nordic-/Stickwalking, u.a.

Termin und Ort:

Montag 20. bis Freitag 24. August 2018
in der Landesturnschule des NTB in Melle

Leistungen:

Unterkunft in Ein- oder Zweibettzimmern,
Vollpension, Unterricht durch Fachkräfte

Kosten:

240,- € für Mitglieder des NTB oder des DBV
480,- € für Nichtmitglieder



**Fit im Kopf
und überhaupt ...**

**Bridge und
Bewegung**



Hiermit melde ich mich verbindlich an zum
Lehrgang „Fit im Kopf und überhaupt.....“
- **Bridge und Bewegung**-
vom 20.8. -24.8. 2018
Nr. 132 /18

ich bin Anfänger/in
 ich bin fortgeschrittene Anfänger/in
 ich bin erfahrene/r Bridgespieler/in.
Ich habe in Melle noch nie
bereits 1x
 2x
 3x
mehr als 3x

an einem "Fit im Kopf-Lehrgang" teilgenom-
men.

Name: _____

Vorname: _____

Turnverein /Bridge-Club: _____

Geburtsdatum: _____

Straße: _____

PLZ: _____

Wohnort: _____

Telefon: _____

Fax: _____

e-mail: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Anmeldung bis spätestens

1.08. 2018

Das umseitige Anmeldeformular ist an die nachfolgende Adresse zu richten:

An die
Landesturnschule Melle
z.Hd. Herrn Günter Kaufmann
Postfach 148
49302 Melle

oder per Mail an:
guenter.kaufmann@ntb-infoline.de

Bridge und Bewegung

„Was rastet, das rostet“

Dieses ist eine altbekannte Weisheit und gilt sowohl für die körperliche als auch für die geistige Fitness.

Der Niedersächsische Turner-Bund (NTB) ging **2003** eine Kooperation mit dem Deutschen Bridge Verband (DBV) ein und führt seitdem ein- bis zweimal pro Jahr einen gemeinsamen Lehrgang durch.

Kennzeichen ist **der ganzheitliche Ansatz**.

In 5-tägigen Lehrgängen wird in der Landesturnschule Melle interessierten Mitgliedern aus den Vereinen des Niedersächsischen Turner-Bundes das Bridge - Spiel näher gebracht.

Andererseits bringt die Veranstaltung den Mitgliedern des Bridge-Verbandes viel Neues an Bewegungsangeboten zur Erhaltung und Verbesserung der allgemeinen Fitness.

Fünfzehn derartige Lehrgänge fanden bisher statt, zudem gab es bei folgenden Veranstaltungen Schnupperangebote „Bridge“:

bei den Deutschen Turnfesten

- in Leipzig 2002
- in Berlin 2005

bei den Landesturnfesten des NTB

- in Hameln 2004
- in Braunschweig 2008
- in Oldenburg 2012
- in Göttingen 2016

beim NTB -Kongress in Wolfsburg 2006
und bei den beiden Turnfestivals der Älteren in Melle 2007 und 2016

Ihre Ansprechpartner:

Lehrgangleitung:

Bärbel Schöttler
Brunnenbachsweg 7
38700 Braunlage
Tel.: 05520 - 1280
baerbel.schoettler@gmx.com

Für den Bridge-Verband:

Hannover-Braunschweig
Sabine Barth:
Arnikaweg 43
38678 Clausthal-Zellerfeld
Tel.: 05323 - 82167
sabarth@gmx.de

Für den Niedersächsischen Turner-Bund:

Tina Pfitzner
Landestunwartin Ältere
Im Seumel 10
38122 Braunschweig

In der Landesturnschule Melle

Günter Kaufmann
Tel. (05422) 949117
Fax (05222) 949124
guenter.kaufmann@ntb-infoline.de

oder unter

www.NTB-infoline.de/aeltere

www.bridge-verband.de/ Öffentlichkeit/NTB