





## Workshops beim Jugendclub 2016

Der Jugendclub bietet für seine Teilnehmer exklusive Workshops am Samstag oder Sonntag an. Pro Teilnehmer kann ein Workshop gebucht werden.

### Folgende Workshops stehen zur Auswahl:

#### **Nr. 1 - Gerätturnen für Turnerinnen oder Turner im Breitensport **AUSGEBUCHT!****

Dieser Workshop richtet sich an Turnerinnen oder Turner im Breitensport.

#### **Nr. 2 - Sport-Stacking**

Beim Stacking werden mit speziellen Becher (Speed Stacks) nach einer bestimmten Reihenfolge Pyramiden auf- und wieder abgestapelt und das auf Zeit. Der Sport verknüpft durch die wechselnde Aktivität der Hände die beiden Gehirnhälften miteinander, daneben werden Konzentration, Beidhändigkeit und die Auge-Hand Koordination gefördert. Teamgeist und Fairplay steht bei dieser Sportart im Vordergrund. Nutzt die Chance und lasst euch die neue Sportart von erfolgreichen Stacking-Profis erklären. Vielleicht entdeckt ihr ja eine neue Leidenschaft?

#### **Nr. 3 - Hip-Hop**

Hip Hop heißt den Zeitgeist einfangen und den "Look" der Straße in Bewegung umsetzen. Der Sport fördert die Koordination, die Konzentration und die Kondition. Freut euch auf viel Power und Bewegung.

#### **Nr. 4 - EnBW DTB-Pokal und die Porsche Arena - Blick hinter die Kulissen **Nur noch Restplätze!****

Einmal auf der Bodenfläche stehen - im Presseraum ein Interview geben und in den Katakomben der Porsche Arena schlendern - in diesem Workshops gibt es viel zur Organisation des DTB-Pokals zu erfahren.

#### **Nr. 5 - Cheerleading**

Cheerleading ist eine Sportart, die aus Elementen des Turnens, der Akrobatik, des Tanzes sowie aus Anfeuerungsrufen besteht.

Es ist eine Sportart für Mädchen und Jungs. Besonders in der Altersgruppe zwischen 12 und 16 Jahren ist das Cheerleading sehr beliebt. Hier ist es eine richtige Alternative zu den „alteingesessenen“ Sportarten geworden. Schaut vorbei, wenn ihr etwas Neues ausprobieren wollt.

#### **Nr. 6 - Jump & Fun **Nur noch Restplätze!****

Bei diesem Workshop geht es um Spaß und Action mit den Airgym Bahnen von Jägers Sport und Minitrampolin. Egal, ob Salto, Rad oder Überschlag mit dem Airtrack und am Minitramp entwickeln sich ungeahnte Fähigkeiten. Seid dabei, probiert neue Elemente aus.

#### **Nr. 7 - Geocaching & Outdoor-Action**

Das Wort Geocaching setzt sich aus dem griechischen Begriff "geo" also "Erde" und dem englischen Wort "Cache" - "geheimes Lager/Versteck" zusammen. Im Grunde ist es die moderne Variante der Schnitzeljagd. Mit den zu Verfügung gestellten Koordinaten gelangt man Dank des hochmodernen GPS direkt zum "Schatz". Seid dabei und erlebt ein spannendes Abenteuer auf der Suche nach dem „cache“. Außerdem gibt es tolle Outdoor Spiele zum Austoben.

(Änderungen vorbehalten! Stand 21.01.2016)

# EnBW DTB POKAL

**PORSCHE-ARENA STUTTGART**

**19. - 20. MÄRZ 2016**   

## Zeitplan

### Samstag 19.03.2016

#### **10:30 Uhr – 12:00 Uhr**

Anreise, Akkreditierung und Ausgabe der T-Shirts an den Schulen

#### **11:45 Uhr – 12:15 Uhr**

Transfer zur Porsche Arena (Bus oder zu Fuß)

#### **12:30 Uhr – 17:45 Uhr**

Mehrkampf Frauen

Teamfinale Männer

#### **Ab ca. 18:00 Uhr**

Abendessen im SpOrt

#### **19:00 Uhr – 23:00 Uhr**

Bewegungsland /Airtrack: 18 – 21 Uhr, SpOrthalle

Bastel-Ecke, Pedalo-Parcour: 19 Uhr, SpOrt Atrium

Kino: 19:30 Uhr – 23 Uhr, Hochschulraum

Disco: 21 – 23 Uhr, SpOrthalle

#### **19:30 Uhr – 20:30 Uhr**

Jugendclub-Presskonferenz mit anschließender Autogrammstunde in der SpOrthalle.

#### **19:15 Uhr – 21:00 Uhr**

Workshops im KTF

Gerätturnen Turnerinnen Breitensport 1

19:15 Uhr – 20:00 Uhr, KTF

Gerätturnen Turnerinnen Breitensport 2

20:15 Uhr – 21:00 Uhr, KTF

Gerätturnen Turner Breitensport

20:15 Uhr – 21:00 Uhr, KTF

#### **21:30 Uhr – 23:00 Uhr**

Bustransfer zu den Schulen

### Sonntag 20.03.2016

#### **Ab 07:30 Uhr**

Gemeinsames Frühstück in den Schulen

#### **08:30 Uhr – 09:30**

Gepäckshuttle zur Porsche-Arena

#### **09:00 Uhr – 12:00 Uhr**

Workshops

#### **10:00 Uhr – 12:00 Uhr**

Zuschauen beim Einturnen

#### **12:30 Uhr – 18:00 Uhr**

Mehrkampf Männer

Teamfinale Frauen

#### **18:00 Uhr**

Wettkampfende + Abreise