

## KURSANGEBOTE

**NEU!**

### ● **Kinderaerobic:**

Aufgrund des sehr hohen Altersunterschiedes von der 1. bis zur 4. Klasse, werden zukünftig bessere Trainingsbedingungen für die Gruppen Kinderaerobic geschaffen, indem sie ab August 2016 in I & II geteilt werden. Das macht ein effektiveres Training der Grundschüler möglich, viel Spaß beim Tanzen.

#### **Kinderaerobic I (1./2. Klasse)**

Montag 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr, Margon Arena Dresden Seidnitz

Freitag 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau

#### **Kinderaerobic II (3./4. Klasse)**

Montag 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr, Margon Arena Dresden Seidnitz

Donnerstag 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau

**NEU!**

### ● **Eltern-Kind-Turnen „Mini“ & „Maxi“:**

Ab 19. August 2016 erweitert sich auch unser Angebot Eltern-Kind-Turnen. „Mini“ für 1-2 jährige und „Maxi“ für 2-4 jährige Kinder. Ganz spielerisch und individuell entdecken die kleinen Sportler mit Hilfe der Übungsleiter und Eltern ihre motorischen Fähigkeiten und nutzen die große Fläche zum Krabbeln, Laufen, Hüpfen oder Toben in der Turnhalle. Unter Einsatz verschiedener Klein- & Großgeräte, sowie fröhlicher Musik, wird es nie langweilig. Die Kosten belaufen sich auf 60,-€ im Halbjahr.

#### **Eltern-Kind-Turnen „Mini“**

Freitag 16:15 Uhr bis 17:00 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau

#### **Eltern-Kind-Turnen „Maxi“**

Montag 16:45 Uhr bis 17:30 Uhr, Margon Arena Dresden Seidnitz

Freitag 17:15 Uhr bis 18:00 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau

### ● **Orientalischer Tanz**

Es geht in die zweite Runde! Ab 10. August 2016 darf jeden Mittwoch von 19:30 bis 20:30 Uhr mit Janine weiter getanzt werden. Bringt Euren Körper durch geschmeidige Bewegungen mit stimmungsvoller Musik sanft zum Schwitzen und aktiviert alle Muskelgruppen durch anmutige Bewegungen. Jeder kann mitmachen, ganz ohne Vorkenntnisse - einfach tanzen, abschalten und genießen. Nur nach Voranmeldung.

Mittwoch 19:30 Uhr bis 20:30 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau

### ● **Drums Alive®**

...das Training mit dem heißen Rhythmus - jetzt als Dauerangebot u. 10-er-Kurs! Das ganzheitliche Workout verbindet einfache, aber dynamische Bewegungen mit dem pulsierenden Trommelrhythmus. Drums Alive® steckt voller motivierender Musik und steigert sowohl die physische als auch die mentale Fitness. Drums Alive® ist für Jung und Alt und bringt eine Vielzahl an positiven Effekten mit sich, u.a. Förderung der Durchblutung und der Sensomotorik, Stress- und Aggressionsabbau. Als Abschluss erfolgt ein Training mit der Blackroll, um besonders verspannte und verklebte Partien im Körper zu lösen. Für Neueinsteiger läuft ein 10-er-Kurs ab 21.09.16-30.11.16 unter der Aktion: **„Freunde trainieren“-Zwei Zehnerkarten zum Preis von Einer!**

Mittwoch 17.30-18.45 Uhr, Margon Arena, Halle B, Dresden Seidnitz

## LEBEN DER SPORTGRUPPEN



Wie jedes Jahr, trafen sich Mitglieder aus den drei Gruppen Wirbelsäulengymnastik ETH / Margon Arena, sowie Tanz-/ Fitnessmix 60+ aus der Margon Arena mit ihrer Trainerin Sibylle Kleinteich zu einer Wanderung, um das gemeinsam erlebte Trainingsjahr abzuschließen. Dieses Jahr führte die Wanderung von Klotsche durch die Dresdner Heide nach Bühlau und man sieht, das regelmäßige Training fit hält und der Spaß auch nicht kurz kommt.

*Sibylle Kleinteich*



Letztes Training vor der Sommerpause der Gruppe Vorschulkinder „Tanz“ in der Erlweinturnhalle mit ihrer Trainerin Bianca Henker. Ab 9. August 2016, übernimmt Daniela Bendel die 4 bis 6 jährigen Kinder beider Gruppen am Dienstagnachmittag.

*Daniela Bendel*

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** ATW Dresden e. V.  
Hainbuchenstraße 2  
01169 Dresden

**Verantwortlich:** Sibylle Kleinteich  
Vereinsvorsitzende

**Redaktion:** Daniela Bendel

**Gestaltung:** Daniela Bendel

**Kontakt:** Aerobic & Tanzwerkstatt  
Dresden e. V.

Hainbuchenstr. 2

01169 Dresden

Tel.: 0351 - 4179185

Mobil: 0172 - 3654143

Web: [www.atw-dresden.de](http://www.atw-dresden.de)

E-Mail: [verein@atw-dresden.de](mailto:verein@atw-dresden.de)

# Newsletter

## EDITORIAL



**Liebe Mitglieder und Freunde des und Neugierige auf den ATW,**

Wir starten wieder komplett durch! Unter diesem Motto begrüße ich recht herzlich unsere Sportkoordinatorin und Trainerin Daniela zurück aus der Babypause. Ich wünsche ihr und dem gesamten Trainerteam sowie allen Mitgliedern und Freunden der ATW ein tolles und erfolgreiches Trainingsjahr 2016/17. Es warten wieder viele bewährte, aber auch neue Angebote auf unsere Mitglieder und hoffentlich locken diese auch viele neue Interessenten in den ATW. Eine nochmalige Unterteilung bei der Kinderaerobic in je 2 Altersbereiche sollen die stark gewachsenen Gruppen etwas entlasten und ein besseres altersgerechtes Sporteln der jüngsten Mitglieder sichern. Das steht unserem sehr kinderfreundlich ausgerichteten Verein gut zu Gesicht.

Die Aerobicsportlerinnen des Nachwuchsleistungszentrums haben diesmal ihren Wettkampfhöhepunkt – die Deutschen Jugendmeisterschaften – entgegen der sonst üblichen Zeitschiene noch vor sich und werden die verbleibende Zeit nutzen, um sich optimal darauf vorzubereiten. Am ersten Oktoberwochenende heißt es dann Daumen drücken, dass alle die beste Leistung abrufen und erfolgreich abschneiden können.

Gleich zu Beginn des neuen Trainingsjahres am 17./18. September steigt diesmal die 22. Dresdner Tanzwerkstatt, und wir brauchen dazu wie jedes Jahr viele fleißige Helfer. Meldet euch umgehend zur Ableistung eurer Vereinsstunden und sorgt dafür und/ oder nutzt die Gelegenheit gemeinsam mit Freunden und Bekannten die tollen Tanzdarbietungen der Gruppen beim Jazz Dance Pokal am Samstag zu verfolgen. Mitglieder des ATW haben dazu freien Eintritt und können auch die vielseitigen Workshops zu ermäßigten Preisen nutzen. ([www.tanzwerkstatt.de](http://www.tanzwerkstatt.de))

Ich freue mich bereits jetzt auf unsere Weihnachtsshow am 4.12., die uns diesmal in die Märchenwelt entführen wird und bin gespannt auf die vielen kreativen Beiträge unserer Gruppen, die sich jedes Jahr mit viel Freude und Energie auf diesen Jahresabschluss vorbereiten. In diesem Sinne viel Freude beim Sporteln im ATW und beteiligt euch aktiv an unserem Vereinsleben. Nur gemeinsam sind wir stark!

Eure Vorsitzende Sibylle Kleinteich

## Unser Partner für Printmedien

**DIEKOPIE24.de**

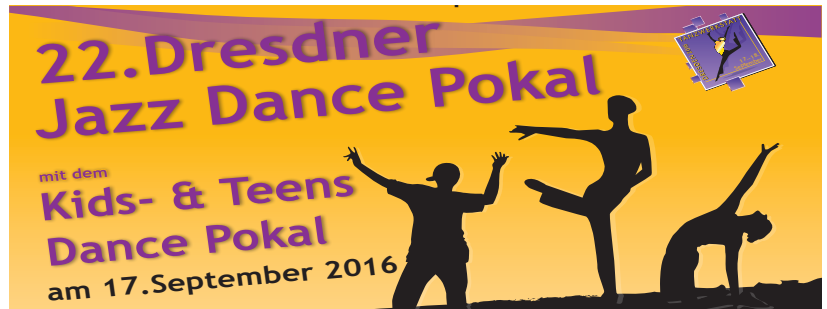
George-Bähr-Strasse 8

01069 Dresden

Telefon 0351 451 95 50

email: [TUD@DieKopie24.de](mailto:TUD@DieKopie24.de)

## AKTUELL



Dieses Jahr lädt das Team um Bianca Henker schon im September zur Dresdner Tanzwerkstatt ein. Am 17. September startet der Wettbewerb um den Kids & Teens Dance Pokal ab 14:30 Uhr und der Jazz Dance Pokal der Erwachsenen ab 18 Uhr in der Margon Arena Dresden. Das bunte Workshopangebot kann am Sonntag, den 18. September, als Einzelkurs oder Tageskarte gebucht werden. Hier ist von klassischem Ballet, über Musical Jazz & Lindy Hop alles dabei was das tänzerische Herz höher schlagen lässt. Für die Kurse kann man sich bis 15. September über unsere Homepage anmelden und für Kurzentlassene ist dies sogar noch am Sonntag vor Ort möglich. Übrigens, unsere Mitglieder erhalten 10 % Rabatt auf die Teilnehmergebühr ;- ) Viel Spaß beim Tanzen.

## Willkommen zurück im ATW Dresden e.V.!



Nach 1,5 Jahren Pause und einem neunwöchigen Aufenthalt mit meiner kleinen Familie in Skandinavien, melde ich mich gut erholt und voller Tatendrang zurück. Seit Juli 2016 bin ich für 15h/ Woche wieder für den Verein tätig und übernehme ab 8. August 2016 die Gruppen Aerodance, Yoga, Vorschulkinder „Tanz“, Eltern-Kind-Turnen „Mini“ & „Maxi“, sowie die Kinderaerobic I in der Erlweinturnhalle. Auch im NWLZ Sportaerobic werde ich, je nach Bedarf, unterstützend tätig sein. Ich freue mich auf ein tolles neues Trainingsjahr und darauf, Euch alle in Bewegung wieder zu sehen.

Daniela Bendel

## 4. Wellnessnachmittag im ATW Dresden e.V.

Am Sonntag, den 20. November 2016 findet zum vierten Mal der Wellnessnachmittag in der Erlweinturnhalle in Dresden Löbtau statt. Dieses Jahr beginnt Daniela Bendel schon um 14:30 Uhr und lädt zu einem gemütlichen Nachmittag mit Yoga, Tee und Entspannung ein. Anmeldungen bitte bis 14. November 2016 über [verein@atw-dresden.de](mailto:verein@atw-dresden.de) oder 0351-4179185

## Umzug in neue Büroräume

Wir vergrößern uns! Und das wird mit mittlerweile drei Festangestellten und der angesammelten Ordner der letzten 17 Jahre auch langsam Zeit. Der genaue Umzugstermin steht leider noch nicht fest, aber im September 2016 beziehen wir stolz unser neues Dreiraumbüro auf der Braunsdorferstraße 29 in 01159 Dresden. Ausgestattet werden wir mit schicken und vor allem stabilen Büromöbeln, die wir freundlicherweise vom Unternehmen PWC geschenkt bekommen haben. Wir sind unendlich dankbar, das gesamte Büro damit einrichten zu dürfen. Wir suchen noch starke Männer, um die schweren Kisten mit den Ordnern zu transportieren. Bitte meldet Euch einfach telefonisch und helft uns beim Umzug, selbstverständlich wird der Aufwand als Vereinsstunden anerkannt.

## ABTEILUNG SPORTAEROBIC

Das vergangene Schuljahr war für die Aerobic-Sportlerinnen reich an Wettkämpfen und Show-Auftritten. Das neue Schuljahr begann mit der Kaderüberprüfung, die alle 14 Teilnehmerinnen erfolgreich absolviert haben. Zwei Wochen später haben sechs von ihnen den Bundeskader Status erreicht. Die Bundeskader durften bei den offenen Slowakischen Meisterschaften die Deutschen Farben vertreten. Das Trio Michelle, Leonie, Alina konnten sich sogar aufs Finale freuen. Die Mädchen haben in dieser Saison insgesamt 8 goldene, 18 Silber- und zwei Bronzemedailles bei nationalen Wettkämpfen geholt und haben sich stolz in den neuen Trainingsanzügen im leuchtenden Orange präsentiert, die sie gemeinsam mit den Rope Skippern zur Messe Aktiv & Vital vom Verein überreicht bekommen haben. In den Sommerferien waren die Mädchen wieder sehr fleißig und haben im Trainingscamp neue Elemente, sowie eine neue Show gelernt. Der Schwerpunkt lag jedoch bei den Wettkampfübungen, denn Ende Oktober finden die Deutschen Jugendmeisterschaften statt. Die Erwartungen sind hoch und wir hoffen, dass die Fleißigsten mit schönen Noten von den Kampfrichtern belohnt werden. Die kleinen Powerkrümel aus der Talentgruppe im Alter von 6 bis 10 Jahre trainieren nach dem Neuaufbau in beiden Trainingsstätten sehr ehrgeizig. Trotz, dass einige von ihnen noch kein ganzes Jahr dabei sind, haben sie alle zusammen als Team schon den 2. Platz bei Dresdener Kinder- und Jugendspielen, und vier Mädchen den 2. Platz bei Niedersächsischen Meisterschaften erreicht. Im Sommercamp haben sie, so wie die Großen, für den Landeskadertest viel trainiert, um den Übergang ins Nachwuchsleistungszentrum AK 9-11 zu erzielen. Wir wünschen allen Sportlerinnen weiterhin viel Freude in dieser spritzigen Sportart

*Elena Tonn*

## ABTEILUNG ROPE SKIPPING

Man kann wirklich nicht behaupten, unsere 21 Mädchen des Teams Jump eMotion hätten sich im vergangenen Halbjahr auf die faule Haut gelegt. Ganz im Gegenteil: Bei insgesamt 6 Auftritten zeigten sie ihr vielseitiges Repertoire an Seilspringtricks. Mit dabei waren auch unsere jüngsten Rope Skipper, die selbst im Regen auf der Sportbühne des Pirnaer Stadtfestes mit großer Motivation und Freude das Publikum begeisterten. Beim Jump eMotion Trainingslager in Sebnitz im Mai haben wir fleißig trainiert, geschwitzt, getanzt, Neues ausprobiert und gemeinsam eine tolle Zeit verbracht. Gemeinsame Erlebnisse sind unserer Gruppe nach wie vor wichtig - beim Bowling im März sowie beim Schuljahresabschlussgrillen im Juni kamen die Rope Skipping Familien in gemütlicher Runde zusammen. Unseren Rope Skipping Day im Juni haben wir unter ein für uns ganz neues Projekt „Skipping Schools“ mit dem Gymnasium Klotzsche durchgeführt. Dabei bildeten Schüler des Gymnasiums mit Rope Skippern unseres Vereins gemischte Teams und traten vor allem in Teamdisziplinen gegeneinander an. Im Vordergrund standen hierbei Teamgeist und natürlich die Freude am Rope Skipping. Als Preis erhielten alle Teilnehmer eine schicke Medaille und konnten im anschließenden Workshop noch einige Tricks hinzulernen. Der Rope Skipping Day war eine rundum gelungene Veranstaltung, die wir gern im nächsten Jahr fortführen möchten. Ebenfalls gelungen war die Kampfrichterausbildung von Jessi, Sina und Emily. Die drei machten sich im März auf die Reise nach Beelitz und legten dort erfolgreich ihre Lizenz zum Kampfrichter E4 (Einsteiger) ab. Emily, die im April beim Bundesfinale einen grandiosen 9. Platz belegte, sowie unsere neue Trainerin Melli bestritten im Mai/Juni eine weitere Ausbildung. Sie möchten beide lizenzierte Trainer werden und haben die Grundausbildung erfolgreich hinter sich gebracht. (Foto unten) In den Sommerferien trotzten 10 ATW Rope Skipper der Kinder- und Erwachsenengruppe der Hitze und erlernten beim Deutsch-Amerikanischen Sommercamp in Beelitz zahlreiche neue Tricks, die sie im kommenden Schuljahr an unsere daheim gebliebenen Rope Skipper weitergeben können. Denn auch im neuen Schuljahr werden wir wie gewohnt fleißig trainieren – es stehen neben großen Auftritten, der Qualifikationswettkampf zum Bundesfinale im November auf dem Programm. Auf geht's mit viel sportlichem Schwung ins neue Trainingsjahr!

*Sabine Gruner*



## AKTUELLE TERMINE

### August 2016

- 12.08. Tag der offenen Turnhalle  
Dresden, ETH  
20.08. Auftritte zum Stadtfest in  
Dresden

### September 2016

- 17.9./18.09. 22. Dresdner Tanzwerkstatt  
Dresden, Margon Arena  
30.09./1.10. DM / DJM Sportaerobic  
Stockach

### Oktober 2016

- 22.10. Herbstputz, ETH

### November 2016

- 20.11. 4. Wellnessnachmittag  
Dresden, ETH

### Dezember 2016

- 04.12. ATW-Weihnachtsshow,  
Margon Arena

### Februar 2017

- 05.02. Sportshow des  
Stadtsporbundes Dresden  
Margon Arena



## RÜCKBLICK / PRÄSENTATION DES ATW

### Dresdner Kinder- & Jugendspiele / Juni 2016



### Orientalischer Tanz



Auch dieses Jahr fanden die Dresdener Kinder- und Jugendspiele in Aerobic und Tanz am 11.06.2016 statt. Mehr als 130 Teilnehmer im Alter von 6 bis 17 Jahren haben in der Margon Arena ihr Können gezeigt. Das Ziel, Kinder & Jugendliche mit viel Freude in Beweglichkeit, Kraft und Athletik zu fördern, so wie für die moderne Sportart „Aerobic“ zu begeistern ist an diesem Tag wieder geglückt. Fast alle Teilnehmer konnten am Ende des Tages das deutsche Aerobic- Abzeichen mit nach Hause nehmen und voller Stolz Freunden und Familie präsentieren, was sie an diesem Tag geleistet haben. Der Teamwettbewerb, bei dem sich 11 Teams aus Dresdener Schulen & Vereinen mit ihren Choreographien gemessen haben, bot den Zuschauern ein buntes tänzerisches Programm und zeigt auch, wie schön und wichtig regelmäßiges Training und eine sportliche Heimat für Kinder jeden Alters ist.

*Daniela Bendel*

Geschmeidig in den Sommer... Mit Musik zum Abschalten & Genießen sowie ungewohnten und intensiven Bewegungen haben wir uns durch den Orientalischen Kurs getanzt. Abwechslungsreiche Übungen für den ganzen Körper haben uns zur Wochenmitte gut gelockert und entspannt nach Hause gehen lassen. Danke für die fröhlichen Stunden, die altersunabhängig, mit oder ohne tänzerischen Vorkenntnissen und sogar mit Babybauch allen viel Freude bereitet haben. Ich freue mich auf die zweite Runde ab 10. August 2016

*Janine Bendel*

### Tag der offenen Turnhalle / 12.08.2016

WOW! Die Turnhalle platzte aus allen Nähten. Pünktlich um 15 Uhr trafen die ersten kleinen Schnuppergäste mit ihren Eltern zum Spielen & Tanzen ein. Der Bewegungsparcour wurde sofort ausprobiert und wir nutzten die wenigen Sonnenstrahlen für Hula Hoop, Sackhüpfen und Schwungtuchspiele auf der Wiese, bevor bei der Minidisco in der Halle getanzt werden durfte. Bunte, glückliche Gesichter kamen vom Kinderschminken zurück, während am leckeren Kuchenbuffet, gespendet von unseren Mitgliedern, geschlemmt wurde. Mit dem Auftritt verschiedener Gruppen, haben unsere Gäste einige Bereiche des breiten Kursangebotes einsehen können. Es war nicht leicht die vielen Kinder nach dem Showprogramm aus der Halle zu bitten, somit fanden die Schnupperkurse für die Erwachsenen etwas verzögert statt. Wir danken allen Mitwirkenden für ihre große Hilfe, nur so konnte es ein gelungenes Fest werden.

*Daniela Bendel*



PICCOLAGE