

## KURSANGEBOTE

**NEU!**

### • Aero Baby Fitness

Das Training für Mama & Baby! Wenn Dein Baby 3 Monate ist und Du erfolgreich den Rückbildungskurs besucht hast, kann das Training im Aerobic & Tanzwerstatt Dresden e.V. weitergehen. Mit Aerobic & ausgewählten Kräftigungsübungen trainieren wir schonend und unter Einbezug der Beckenbodenmuskulatur den gesamten Körper. Gleichzeitig verbringst Du Zeit mit Deinem Baby in der Trage, sowie auf der Matte und lernst dabei andere Mami's kennen.

Ein Training das garantiert Spaß macht!

Dienstag 10:15 Uhr bis 11:15 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau  
10er Karte für 80,-€

**NEU!**

### • Gesundheitskurse

In 2017 möchte Dipl. Sportlehrerin Bianca Henker den Gesundheitssportbereich im ATW Dresden e. V. sukzessive mit Präventions- und Rehasportangeboten aufbauen. Ziel ist, neben der Gesunderhaltung jedes Einzelnen, ein Mehrwert im Bereich Gesundheit & Wellness für den Verein zu erzielen und neue Mitglieder zu gewinnen. Die Kurse Rücken Aktiv & Beckenbodengymnastik starten in der 13. Kalenderwoche in beiden Trainingsstätten.

#### Rücken Aktiv

Montag 08:00 Uhr bis 09:00 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau  
Mittwoch 20:00 Uhr bis 21:00 Uhr, Margon Arena Dresden Seidnitz  
Donnerstag 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau

#### Beckenbodengymnastik

Montag 11:00Uhr bis 12:00 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau  
Donnerstag 08:00 Uhr bis 09:00 Uhr, Erlweinturnhalle Dresden Löbtau

### • Orientalischer Tanz

Es geht in die dritte Runde! Ab 01. März 2017 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.

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.

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

## Für unsere Kleinen Sportler



Elena Tonn, Cheftrainerin der Sportaerobic nimmt auch in diesem Jahr bei Kindern der Altersklasse 4-6 das sächsische Kindersportabzeichen „Flizzy“ ab. Dies wird im Rahmen unserer Kindertanz & Kindersportgruppen (AK 4-6), sowie separat für die Kintertagesstätte „Bünauten“ stattfinden. Die Kinder werden in Weitsprung, Zielwerfen, Balancieren, Vorwärtsrolle, Hampelmann, sowie Rumpfbeuge getestet und erhalten eine Urkunde für Ihre Bemühungen. Trau Dich und mach einfach mit! Termine:

Kita Bünauten:	29.03.2017 09:00 /10:00 Uhr
	05.04.2017 09:00 / 10:00 Uhr
Kindertanz ETH:	19.09.2017 15:15 / 16:00 Uhr
Kindersport ETH	21.09.2017 16:15 Uhr
Kindertanz MA:	25.09.2017 17:30 Uhr
Kindersport MA	26.09.2017 15:30 Uhr

*Daniela Bendel*

## IMPRESSUM

<b>Herausgeber:</b>	ATW Dresden e. V. Braunsdorfer Straße 29 01159 Dresden
<b>Verantwortlich:</b>	Sibylle Kleinteich Vereinsvorsitzende
<b>Redaktion:</b>	Daniela Bendel
<b>Gestaltung:</b>	Daniela Bendel
<b>Kontakt:</b>	Aerobic & Tanzwerstatt Dresden e. V. Braunsdorfer Straße. 29 01159 Dresden Tel.: 0351 - 4179185 Mobil: 0172 - 3654143 Web: <a href="http://www.atw-dresden.de">www.atw-dresden.de</a> E-Mail: <a href="mailto:verein@atw-dresden.de">verein@atw-dresden.de</a>

# Newsletter

## EDITORIAL



### Liebe Mitglieder und Freunde des ATW,

im Jahr 2016 wurde erstmals die 400er-Mitgliedergerade überschritten und damit hält der Aufwärtstrend weiter an. Besonders im Kinder- und Jugendbereich ist der Zulauf ungebrochen. Die

letzte Weihnachtsshow mit einem neuen Zuschauerrekord hat die Vielseitigkeit unseres Vereines von „Jung bis Alt“ hervorragend präsentiert.

Durch die Wiederaufnahme der Tätigkeit von Daniela Bendel nach der Elternzeit konnte hinsichtlich der Angebote für unsere jüngsten Teilnehmer ein weiterer Ausbau angegangen werden. Neben dem neuen Angebot Baby-Fitness hat sich die Trennung des Eltern-Kind-Turnens in Minis und Maxis ebenso positiv bewährt wie die Trennung in 2 Gruppen für 1./2. Klasse u. 3./4. Klasse bei der Kinderaerobic. Als besondere Aktivitäten vom vergangenen Jahr möchte ich auch das FLIZZY -Sportabzeichen erwähnen. Dieses hat Elena Tonn erfolgreich und mit reger Teilnahme im Rahmen unserer Vorschulkindergruppen im Oktober 2016 durchgeführt.

Die zwei 10erKurse „Orientalischer Tanz“ wurden 2016 so gut angenommen, dass es auch 2017 eine Fortsetzung geben wird und somit die Tanzpalette im Verein bereichert. Mir persönlich macht unser neues Angebot Drums Alive® als Trainerin sehr viel Spaß, und ich konnte in meinen Aus- und Fortbildungen erfahren, wie vielseitig dieser neue Trommel-Fitness-Trend gestaltet werden kann. Ich hoffe und wünsche mir sehr, dass wir bei unserem Drums Alive® Special am 08.04. in der ETH viele Teilnehmer und letztlich weitere Interessenten für unsere Drums-Alive®-Gruppe in der Margon Arena begeistern können und unsere Trainer dies als Anregung für ihre Arbeit nutzen.

Für unsere Spezialsportarten Sportaerobic und Rope Skipping wird es in diesem Jahr erneut wichtige und schöne Höhepunkte geben wie u.a. die Teilnahme beim Deutschen Turnfest in Berlin. Und wir freuen uns auf das Jubiläum „10 Jahre Rope Skipping“ im ATW. Möge die Gemeinschaft des ATW weiter wachsen und sich die bestehenden Sportarten und Trends festigen und weiterentwickeln. Viel Spaß und Freude bei allen Aktivitäten im ATW wünscht

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

## AKTUELL

### 1. Gesundheitsvormittag am 18.03.2017

Werde aktiv, bleibe gesund! Der ATW Dresden e.V. lädt am 18.03.2017 ab 09:30 Uhr zum Gesundheitsvormittag ein. Dipl. Sportlehrerin Bianca Henker informiert über die aktuellen Gesundheitskurse und deren positiven Wirkungen. Vor Ort werden Schnupperkurse angeboten, um die drei neuen Kursformate kennen zu lernen. Der Eintritt ist frei und Jede(r) kann mitmachen.

Schnupperkurse:

- 09:30 Uhr Rücken Aktiv
- 10:00 Uhr Beckenbodengymnastik
- 10:30 Uhr Progressive Muskelentspannung
- 11:00 Uhr Rücken Aktiv
- 11:30 Uhr Beckenbodengymnastik
- 12:00 Uhr Progressive Muskelentspannung



Veranstaltungsort: Erlweinturnhalle, Bünaustr. 30a in Dresden (Löbtau)

### Drums Alive Special am 08.04.2017



Dein aktiver Start in den Frühling! Lass Dich mitreißen vom heißen Beat und erlebe das Drums Alive® Special am 08.04.2017 in Dresden. Mastertrainerin Stefanie Rothe hat die aktuellsten Trends im Gepäck und heizt damit ordentlich ein. Ab 14:00 Uhr erwarten Dich drei intensive Stunden Drums Alive® Powerbeats, sowie einen Mix

aus Drumming Fun®, Fit Clix® & DRUMBATA®. Ein Nachmittag voller Power, Humor und Abwechslung zum Mitmachen und Kennenlernen von Drums Alive® oder sichere Dir als Trainer ein Update für abwechslungsreiche Kurse. Sei mit von der Partie bei und melde Dich gleich an! Veranstaltungsort: Erlweinturnhalle, Bünaustr. 30a in Dresden Löbtau Anmeldungen bitte bis 3. April 2017 an [verein@atw-dresden.de](mailto:verein@atw-dresden.de). Kosten: 22,-€ / 15,-€ für Mitglieder des ATW Dresden e.V.

### Sommernacht des ATW Dresden e.V.

Zukünftig soll die Sommernacht des ATW Dresden e.V. eine jährliche Veranstaltung sein, bei der die Mitglieder als Abschluss des Trainingsjahres zusammen, außerhalb der Turnhalle ins Gespräch kommen und einen schönen gemeinsamen Abend erleben. In diesem Jahr möchten wir gern mit allen am 10.06.2017 das 10jährige Jubiläum der Abteilung Rope Skipping feiern. Pro Gruppe sind 10, für die Abteilung Rope Skipping 40 Plätze vorreserviert. Auf Wunsch kann das Grillbuffet für 19,-€ pro Person zugebucht werden. Bitte meldet Euch bis 28. April 2017 über [verein@atw-dresden.de](mailto:verein@atw-dresden.de) an, damit wir unser Fest planen und jeden um 17:30 Uhr mit einem gratis Begrüßungsdrink empfangen können.



10. Juni 2017

17:30 Uhr

City Beach

## ABTEILUNG SPORTAEROBIC

Nachwuch für die Sportaerobic! Auch in diesem Jahr wird die Suche nach neuen Talenten für diese spritzige Sportart fortgesetzt, um junge Sportler frühzeitig für den Leistungssport zu begeistern. Dafür sind die Maßnahmen Sächsisches Kindersportabzeichen „Flizzy“, der Orientierungstest an der Sportoberschule, die Sichtung im Sportunterricht der Grundschulen und ein Casting für die Altersklasse 6-8 Jahre geplant.

Die Sportlerinnen der Altersklasse 15+ werden am Landeskampfrichterlehrgang teilnehmen und sich als Co-Trainer im Bereich der Talentegruppe weiterentwickeln, den Kleinen wird es eine Ehre sein von den großen lernen zu können. Katja Schiebold, Trainerin im Breitensport hat sich entschieden die zweijährige Ausbildung zum Trainer C in der Sportaerobic zu absolvieren, um damit den Bereich Sportaerobic fachlich und kompetent zu unterstützen.

Der Januar 2017 hat für die Bundeskader mit einem Qualifikationswettkampf angefangen, das Trio in der AK 12-14 hat vom Leistungssportausschuss die Freigabe für internationale Wettkämpfe im ersten Halbjahr bekommen. Dafür drücken wir schon jetzt kräftig die Daumen und wünschen maximale Erfolge. Die Kreis-Kinder- und Landesjugendspiele werden im Juni in Dresden ausgetragen und in Kooperation mit LOK Riesa vorbereitet und durchgeführt.



## ABTEILUNG ROPE SKIPPING

Die Abteilung Rope Skipping befindet sich im Jubiläumsjahr, 10 Jahre Rope Skipping! Das wollen wir alle gemeinsam feiern und laden zur Sommernacht am 10.06.2017 ein. Die Rope Skipper veranstalten am 01.04.2017 zum zweiten Mal den Rope Skipping Day & „Skipping Schools“ gemeinsam mit dem Gymnasium Dresden Klotsche, hier treten die Sportlerinnen und Sportler bei einem Wettkampf gegeneinander an und lernen in den anschließenden Workshops neue Tricks. Ebenso organisiert die Abteilung den Rope Skipping Team Wettkampf im Rahmen der Landesjugendspiele am 17.06.2017.

Man muss auch mal raus aus der gewohnten Halle! Daher findet das Jump eMotion Trainingslager vom 25. bis 27. Mai 2017 in Altenberg statt, wo intensiv geübt und der Teamgeist gestärkt wird. Auch danach sind weitere Aktionen wie Klettern im Hochseilgarten, Grillen und ein Workshop mit dem Radebeuler Kinderzirkus Sanro geplant. Im Juli nehmen Sportlerinnen der Gruppe wieder am Deutsch-Amerikanischen Sommercamp in Beelitz teil, wo viele Tricks erlernt, neue Freundschaften geschlossen werden und jede Menge Spaß vorprogrammiert ist.

Wer die Rope Skipper live erleben möchte hat bei einem der zahlreichen Ausritte die Möglichkeit dazu: 10.03.2017 Jugendsportlerehrung / 12.03.2017 Messe Aktiv & Vital / 14.05.2017 8. Sport & Familientag auf der Cockerwiese / 18.06.2017 Stadtfest Pirna / 01.07.2017 Ferienauftakt an den Elbwiesen / 19.08.2017 Stadtfest Dresden. Am 21. November lassen alle Rope Skipper das Jubiläumsjahr im Club Bärenzwinger ausklingen.



## Termine 2017

### März 2017

- 10./11./12.03. Messe Aktiv & Vital  
Dresden  
18.03. Gesundheitsvormittag

### April 2017

- 08.04. Drums Alive® Special  
Dresden, ETH  
09.04. Frühjahrsputz  
Dresden, ETH

### Mai 2017

- 14.05. 8. Sport & Familientag  
Dresden, Cockerwiese

### Juni 2017

- 10.06. Sommernacht des ATW  
Dresden, City Beach  
17.06. Dresdner-Kinder- & Jugend  
spiele „Aerobic“  
Dresden, Marie-Curie-  
Gymnasium  
17.06. Landesjugendspiele „Rope  
Skipping“ & „Aerobic“  
Dresden  
18.06. Stadtfest Pirna

### August 2017

- 08.08. Kursmarathon „Fit for Fun“  
Dresden, ETH  
09.08. Kursmarathon „Fit for Fun“  
Dresden, MA  
19.08. Stadtfest Dresden

### September 2017

- 30.09. 22. Dresdner Jazzdance Pokal  
10. Kids- & Teens Dance  
Pokal  
Dresden, Margon Arena

### Oktober 2017

- 01.10. 23. Dresdner Tanzwerkstatt  
„Workshops“  
Dresden, Margon Arena  
22.10. Herbstputz  
Dresden, ETH

### November 2017

- 05.11. 5. Wellnessnachmittag  
Dresden, ETH

### Dezember 2017

- Weihnachtsshow des ATW  
Dresden, Margon Arena



## RÜCKBLICK / PRÄSENTATION DES ATW

### Zuschauerrekord bei der Weihnachtsshow 2016



Am 2. Advent durften wir über 730 Zuschauer zu unserer 16. Weihnachtsshow in der Margon Arena willkommen heißen. Der reizende Weihnachtssengel verkündete die märchenhaften Darbietungen aus dem goldenen Buch und stimmte damit das Publikum auf den jeweiligen Beitrag ein. Über 250 Sportlerinnen & Sportler im Alter von 4 bis 82 Jahren zeigten kreative, wunderschöne Darbietungen von traditionellen, sowie neuen Märchen oder deren Figuren und ermöglichten damit auch dem Weihnachtsmann einen traumhaften Ausflug ins Märchenland. Dieser schaute begeistert zu und ließ es sich nicht nehmen, jedem Aktiven ein Geschenk zu überreichen. Das Publikum belohnte die einzelnen Gruppen mit kräftigem Applaus, bei Tanz, Rope Skipping, Aerobic & Co vergingen die über zwei Stunden Programm wie im Flug. Mit dem 24. Beitrag „Feliz navidad“ wünschten alle Teilnehmer „Frohe Weihnachten“ und so verabschiedete sich der ATW Dresden e.V. schwungvoll von seinen Gästen.



Unser Dank gilt den Trainern, jedem einzelnen Sportler, den Eltern, allen Helfern vor, hinter & auf der Bühne, den Sponsoren, der Margon Arena und vor allem der Vorstandsvorsitzenden Sibylle Kleinteich, ohne die es den Verein nicht geben würde.

*Daniela Bendel*

### Anpassung der Vereinsstunden

Ab dem Trainingsjahr 2017/18 werden die Vereinsstunden angepasst. Damit leisten ab dem neuen Trainingsjahr Mitglieder der Spezialgruppen 6 Vereinsstunden, alle Erwachsenen ab der Altersklasse 16 + im Breitensportbereich leisten weiterhin 4 Stunden. (ab AK 70: zwei Vereinsstunden, ab AK 80: keine Vereinsstunden)

Nicht geleistete Stunden werden nach der neuen Regelung allerdings mit 10,-€/h berechnet, da wir bei zu wenig Teilnahme externe Unterstützung buchen müssen.

Die nächsten Möglichkeiten zum Vereinsstundenabbau sind beispielsweise:

18.03.2017	Gesundheitsvormittag	ETH
09.04.2017	Frühjahrsputz	ETH
17.06.2017	Dresdner-Kinder & Jugendspiele	Marie-Curie-Gymn.
17.06.2017	Landesjugendspiele	Margona Arena
20.06.2017	Deutsches Sportabzeichen	Margon Arena

### 16. Mitgliederversammlung



Vorstandsvorsitzende Sibylle Kleinteich eröffnete die Versammlung am 29.01.2017 mit einem Trailer der Weihnachtsshow 2016 und verlas den anwesenden Mitgliedern und Gästen ihren Rechenschaftsbericht für das Jahr 2016. Es folgten die Ehrungen für 10- und 15-jährige Mitgliedschaften im Verein, für die das jeweilige Mitglied eine blühende Frühlingsbotschaft in der ATW-Tasse, einen Kugelschreiber bzw. Regenschirm, sowie eine Urkunde erhielt. Vielen dank für Eure Treue im Verein!

10 Jahre: Marina Höfer, Melanie Klitscher, Jessica Klitscher, Marie-Luise Jungwirth, Ralf Fritschka, Katja Schiebold, Hannah Schiebold, Uwe Büttner, Helge Höntscht, Brigitte Pfeiffer.

15 Jahre: Kristin Böttcher, Marianne Reißig, Barbara Hofmann

Marina Heimann gab Einblicke in den großen Bereich Finanzen und stellte mit vielen Folien die positive Entwicklung des Vereines dar. Darauf folgte der Bericht unserer Kassenprüferin Christine Boragk. Kristin Böttcher verkündete die bevorstehenden Auftritte. Der alte Vorstand wurde entlastet und leider mussten wir in diesem Jahr drei Mitglieder wegen Zahlungsrückständen ausschließen.

Innerhalb des Vorstandes wurden für 2017 folgende Positionen festgelegt: Vorstandsvorsitzende: Sibylle Kleinteich, stellv. Vorsitzende: Daniela Bendel, Schatzmeisterin: Bianca Henker, Schriftführerin: Marina Heimann, Jugendwart: Kristin Böttcher. Für 2018 stehen zur Neuwahl der Posten als Vorstandsvorsitzende und als Jugendwart innerhalb des Vorstandes, sowie zwei Posten der Kassenprüfer.

*Daniela Bendel*

