

## Wettkampftermine 2025



**BITTE ANMELDEFRISTEN BEACHTEN !  
IM CLUBNET SIND AUCH DIE KAMPFRICHTER  
FRISTGERECHT ANZUMELDEN !**



- Tumbling – test préparatoire am **So. 9. Februar 2025** in Welkenraedt
- Acrogym multiprov. (prov. Liège) am **Sa. 15. Februar 2025** in Bressoux
- GAF - Div. 6, 5, 4, 3 , Jeunes am **So. 16. Februar 2025** → TLZ Amel  
→ Ablauf zu finden auf [www.vdt.be](http://www.vdt.be)
- Rhönrad am **So. 23. Februar 2025** um 09.00 Uhr → TV Eupen  
→ Infos zur Anmeldung → [a.pitz@icloud.com](mailto:a.pitz@icloud.com) – 0479/970784
- Acrogym multiprov. (prov. Lux) am **Sa. 15. März 2025** in Heinsch  
→ Anmelde-limit: **15.02.2025** über ClubNet!
- RG Niveau D (prov. Liège) am **Sa. 15/16. März 2025** in Visé  
→ Anmelde-limit: **15.02.2025** über ClubNet!
- GAM - multiprov. am **15/16. März 2025**  
→ Anmelde-limit: **23.02.2025** über ClubNet!
- Tumbling am **So. 16. März 2025** um 10.00 Uhr → TV Raeren  
→ Anmelde-limit: **21.02.2025** über ClubNet!
- RG Niveau E am **Sa. 22. März 2025** um 09.30 Uhr → TSV Büllingen  
→ Anmelde-limit: **28.02.2025** über ClubNet!

- 4. Freundschaftswettkampf TU + MT am **So. 23. März 2025** → TV Kelmis

→ **Anmeldelimit: 28.02.2025** an [tv-kelmis@hotmail.com](mailto:tv-kelmis@hotmail.com) + [info@vdt.be](mailto:info@vdt.be) !!!

Die Regeln bzgl. Kampfrichterstellung sind UNBEDINGT einzuhalten!!

Jeder Verein MUSS einen Kampfrichter und ab dem/der 10. Turner/in einen zweiten Kampfrichter zur Verfügung stellen. Die Kampfrichter müssen mindestens 16 Jahre alt sein. Jeder Verein muss bereits bei der Anmeldung die Namen der Kampfrichter mitteilen.

- **Mini-Trampolin** am **So. 23. März 2025** um 14.00 Uhr → TV Kelmis

→ **Anmeldelimit: 28.02.2025** an [info@vdt.be](mailto:info@vdt.be) mittels **Einschreibeformular** auf [www.vdt.be](http://www.vdt.be)!

- **GAF - Div. 2, 1 multiprov.** am **29/30. März 2025** in Halle

→ **Anmeldelimit: 16.02.2025** über **ClubNet!**

- **GAM - multiprov.** am **29/30. März 2025**

→ **Anmeldelimit: 01.03.2025** über **ClubNet!**

## Veranstaltungen der VDT-Vereine

TSV Honsfeld	Kinderkarneval	09.02.2025
TV Elsenborn	Saalfest	12.04.2025
TSV Honsfeld	Saalfest	17.05.2025
TSV Honsfeld	Familientag zum 40-jährigen Bestehen	18.05.2025
TV Manderfeld	Saalfest	25.05.2025 - 14 Uhr
TV St.Vith	130-jähriges Bestehen	30.05.-01.06.2025
TSV Heppenbach	Saalfest	22.06.2025
TV Weywertz	Saalfest	29.06.2025
TV Nidrum	100-jähriges Bestehen	22.05.2027 Gala in Worriken 04+05.09.2027 Fest in Nidrum

## VDT-Aktuell

### Kampfrichterkurse auf VDT-Ebene

#### MINI-TRAMPOLIN

Kursus: **So. 23. März 2025** – 1 Stunde vor Wettkampfbeginn

Ort: Austragungsort des Wettkampfs (Kelmis)

Leiter: Robert Kreuzsch

Anmeldelimit: **28. Februar 2025** an [info@vdt.be](mailto:info@vdt.be)

#### RIEGENTURNEN

Kursus: **Akrobatik: Fr. 7. Februar 2025** um 19.30 Uhr

Ort: Turnhalle Heppenbach

Leiter: Robert Kreuzsch

Kursus: **Rhythmik: Fr. 7. Februar 2025** um 20.00 Uhr

Ort: Unterrichtsraum Turnhalle Amel

Leiterin: Michèle Wansart und Vera Röhl

# Trainerkurse

## Weiterbildung Kreativer Kindertanz 3-5 Jahre & 6-8 Jahre

**Anmeldung über [www.los-ostbelgien.be](http://www.los-ostbelgien.be)**

**05.04.2025: 14:00 - 19:00 Uhr**, Gemeindeschule Walhorn (Dorfstraße 22, Haupteingang an der Straße)

### Allgemeine Einführung

- Was ist Kreativer Kindertanz, theoretische Grundlagen für die Methodik und Didaktik

### Eigenerfahrung im Kreativen Kindertanz sammeln

- Erwerb von Schrittfolgen und Bewegungselementen im Kreativen Kindertanz, Aufbau und Umsetzung von kreativen Tanzgeschichten, Arbeiten mit Materialien im Kreativen Kindertanz

### Raumnutzung

- Raumformationen, Raumrichtungen zur abwechslungsreichen Unterrichtsgestaltung

**12.04.2025: 14:00 - 19:00 Uhr**, Gemeindeschule Walhorn (Dorfstraße 22, Haupteingang an der Straße)

### Erweiterung des Kreativen Kindertanzes für die Altersgruppe 6-8 Jahre

- Aufbau & Vermittlung von kleinen Tanzgeschichten & choreographischen Sequenzen mit elementaren Bewegungsabläufen

### Nutzung & Einsatz von Musik

- Musikeinsatz in Bezug zum Unterrichtsziel

- Aufmerksamkeit, Achtsamkeit, Freude, Dynamiken etc. durch den zielgerechten Einsatz von Musik schaffen

### Entwicklung von eigenen Unterrichtssequenzen

- Mit Hilfestellungen sollen die Teilnehmer\*innen in Gruppenarbeit eigene Unterrichtssequenzen entwickeln

**Referentin**: Anna Edelhoff, Tanzpädagogin Tanzzentrum „Bewegung & Tanz“

**Mitzubringen**: Schreibmaterial, in Bewegungskleidung kommen, Verpflegung

### **Teilnehmerzahl**

Minimum 8 und Maximum **12** Teilnehmer.

Der Kurs findet nur statt, wenn sich mindestens acht Teilnehmer angemeldet haben. Wenn die Teilnehmerzahl nicht das Minimum erreicht, wird der Kurs abgesagt und die Einschreibgebühr voll zurück erstattet.

### **Ansprechpartner LOS & Kursleiter**

Daniel Baltus (Ansprechpartner): [daniel.baltus@los-ostbelgien.be](mailto:daniel.baltus@los-ostbelgien.be)

Tanja Maus (Kordinatorin VDT): [tanja.maus@vdt.be](mailto:tanja.maus@vdt.be)

# Grundkurs – Erste Hilfe

Anmeldung über [www.los-ostbelgien.be](http://www.los-ostbelgien.be)

In unserer schnelllebigen Welt ist es entscheidend, dass Ersthelfer:innen stets über aktuelles Wissen und die neuesten Techniken verfügen, um im Ernstfall schnell und effektiv handeln zu können.

Möchtet ihr im Notfall sicher und effektiv handeln können? Unser Erste-Hilfe-Grundkurs richtet sich an alle Vereinsmitglieder, die entweder erstmals einen Grundkurs absolvieren oder ihre Kenntnisse auffrischen möchten. In unserer schnelllebigen Welt ist es entscheidend, dass Ersthelfer stets über aktuelles Wissen und die neuesten Techniken verfügen, um im Ernstfall schnell und effektiv handeln zu können.

Unser erfahrener Kursleiter wird euch durch interaktive Lernmodule führen. Der Austausch von Erfahrungen und Best Practices untereinander wird ebenfalls einen wichtigen Teil dieses Kurses ausmachen.

## Inhalte des Kurses

- Vorkenntnisse (online): Zur optimalen Vorbereitung absolvieren die Teilnehmer vorab einen Dieser ist Voraussetzung für das European Resuscitation Council (ERC)-Zertifikat.
- Tag 1 – Herz-Lungen-Wiederbelebung (CPR), Einsatz eines Defibrillators (AED), stabile Seitenlage, Heimlich-Griff.
- Tag 2 – Umgang mit Schlaganfall, Epilepsie, Asthma, Anaphylaxie und Diabetes.
- Tag 3 – Versorgung von Wunden, Blutungen, das Anlegen von Verbänden und Erste Hilfe bei Verstauchungen.

## Kurs-Termine

**17.03.2025, 24.03.2025 + 31.03.2025 jeweils von 18.00 – 22.00 Uhr in der Eupener Irmeep**

Adresse: LOS Ostbelgien, Bellmerin 46-48 in Eupen

## Anmelde-Infos

- Gesamtdauer: 15 Stunden (inkl. Onlinekurs).
- Zertifikate: Nach Abschluss erhalten Sie zwei Zertifikate:
  - Erste Hilfe
  - BLS-AED (Basic Life Support) vom European Resuscitation Council (ERC).Bitte beachten Sie: Dies ist kein Betriebsersthelferkurs.
- Interessierte können sich ab jetzt anmelden.
- **Anmeldefrist ist der 10.03.2025**
- Mitzunehmen sind ein Notizblock, bequeme Kleidung und ein Pick-Nick.

## Teilnahmegebühr

Für **ostbelgische Sportvereinsmitglieder** beträgt die Teilnahmegebühr 70 €.

Für **sonstige Teilnehmer**, die ihre Kenntnisse auffrischen möchten, gilt folgender Tarif: 90 €

Bei Fragen zu den Tarifen können Sie sich an [kontakt@los-ostbelgien.be](mailto:kontakt@los-ostbelgien.be) wenden.

## Teilnehmerzahl

Der Kurs bzw. die einzelnen Module finden nur statt, wenn sich mindestens acht Teilnehmende angemeldet haben. Wenn die Teilnehmerzahl nicht das Minimum erreicht, wird der Kurs abgesagt und die Einschreibegebühr zurückerstattet.

Im Falle einer Absage des Kurses durch den Teilnehmer erfolgt keine Rückerstattung des gezahlten Betrags. Die Anmeldung ist erst ab Zahlung der Einschreibegebühr registriert und die Teilnahme am Kurs ist nur möglich, wenn die Zahlung im Voraus erfolgt.

## Ansprechpartner LOS & Kursleiter

- Daniel Baltus (LOS)
- Jean Brose (Kursleiter)

# Fit im Alter: Seniorensport für Trainer und Interessierte

Anmeldung über [www.los-ostbelgien.be](http://www.los-ostbelgien.be)

Möchtest du besser verstehen, wie sich der Körper im Alter verändert und gleichzeitig lernen, wie du Senioren gezielt und sicher im Sport fördern kannst? Dann ist diese Weiterbildung genau das Richtige für dich!

Der Kurs vermittelt dir nicht nur theoretisches Wissen, sondern auch praxisnahe Ansätze für die Gestaltung von Seniorensport-Einheiten. Dabei steht die sichere und effektive Unterstützung von Senioren im Mittelpunkt.

Geleitet wird der Kurs von Wolfgang Hartmann, einem erfahrenen Sportwissenschaftler, der zuvor in einer Forschungseinrichtung zu Training, Bewegung und deren gesellschaftlicher Relevanz für alle Altersgruppen tätig war. Wolfgang bringt seine umfangreiche Erfahrung aus diversen Sportarten und seiner sportwissenschaftlichen Ausbildung mit ein, um dich optimal auf die Arbeit mit Senioren vorzubereiten.

## Kurs-Infos

### **Inhalte des Kurses:**

- **Veränderungen der körperlichen Leistungsfähigkeit im Alter:**  
Wie und warum sich die körperliche Fitness mit zunehmendem Alter verändert.
- **Übungen für Senioren:**  
Effektive und sichere Übungen zur Förderung von Kraft, Beweglichkeit und Koordination.
- **Übungen, die vermieden werden sollten:**  
Aufklärung über potenziell ungeeignete Bewegungsabläufe und deren Risiken.
- **Praktische Tipps für das Training:**  
Gestaltung und Anpassung von Trainingseinheiten an die Bedürfnisse älterer Menschen.
- **Motivation und Kommunikation:**  
Wie man Senioren zu regelmäßiger Bewegung motiviert und eine vertrauensvolle Atmosphäre schafft.

## Anmelde-Infos

### **Kursdetails:**

- **29.03.2025**
- **Dauer:** 9:30 Uhr – 16:00 Uhr
- **Zielgruppe:** Trainer und Interessierte, die mit Senioren arbeiten oder dies in Zukunft tun möchten.
- **Ziel:** Den Teilnehmenden die Werkzeuge und das Wissen an die Hand zu geben, um Seniorensport sicher, motivierend und effektiv zu gestalten.
- **Ort:** Worriken

### **Zusätzliche Informationen:**

- Die Teilnehmenden erhalten im Anschluss eine Bescheinigung.
- Für Wasser und Kaffee ist gesorgt.
- Mittags besteht die Möglichkeit, im Restaurant Mercator (auf eigene Kosten) zu essen.
- Bitte Notizblock und gegebenenfalls ein Picknick mitbringen.  
Teilnahmegebühr
- **50 Euro:** für Teilnehmende mit Wohnsitz in Belgien.
- **65 Euro:** für Teilnehmende mit Wohnsitz außerhalb Belgiens.
- **Reihenfolge der Registrierung:** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Zahlungseingangs registriert. Ab Erreichen der maximalen Teilnehmerzahl gibt es eine Warteliste.  
Teilnehmerzahl: Minimum 8 und Maximum 25 Teilnehmer.

## Ansprechpartner LOS & Kursleiter

- Daniel Baltus (Ansprechpartner)
- Wolfgang Hartmann

## Participation aux Championnats FfG et FRBG

Les Championnats FfG et nationaux approchent à grands pas. Retrouvez toutes les informations concernant la participation à ces compétitions dans cet article !

La participation aux championnats FfG se fait :

- soit sur **INSCRIPTION**
- soit par **SELECTION**

**Les championnats FfG nécessitant une inscription sur Clubnet cette saison sont :**

Championnats avec INSCRIPTION	Date	N° ClubNet	Limite inscription	Club organisateur
PK-FR : Championnat FfG Speed	08-09.03.2025	0051	16.02.2025	Xtreme Team Parkour
PK-FR : Championnat FfG Freestyle	16.03.2025	0054	19.02.2025	Nozaru
TUM : Championnat FfG	06.04.2025	0003	09.03.2025	Kgl. Turnverein "Frisch-Auf" Nidrum
TRA : Championnat FfG	13.04.2025	0001 - 0002	23.03.2025	Flying Acrobatics Trampoline Club
GAF : Championnat FfG Div. 1-2	26-27.04.2025	0071	16.03.2025	Eghezée Association Gymnastique
GR : Championnat FfG Niv. A-B	26-27.04.2025	0053	04.04.2025	GR Evasion

**Les championnats FfG ou FRBG concernés par une sélection cette saison sont :**

Championnats FfG avec SÉLECTION	Date	N° ClubNet	Club organisateur
GAF : Championnat FfG Div. 4-5	15-16.03.2025	0067	Le Tremplin
GAF : Championnat FfG Div. 3	22-23.03.2025	0068	CGOM
ACRO : Championnat FfG Toutes divisions	05.04.2025	0004	Royale Vaillante Jupille
GR : Championnat FfG Niveaux D-E	12-13.04.2025	0052	GR Evasion
GAM : Championnat FfG Toutes divisions	19-20.04.2025	0056	Santé-Force
GAF : Championnat par équipe Div. 3-4	19-20.04.2025	0069 et 0070	Gym Club Soignies
GR : Championnat FfG Niveau C	26-27.04.2025	0055	GR Evasion
GAF : Championnat FfG Jeunes A	26-27.04.2025	0072	Eghezée Association Gymnastique

Championnats FRBG avec SÉLECTION	Date	N° ClubNet	Club organisateur
TRA : Championnat de Belgique Div. 1-2	17-18.05.2025	0079-0080	Gymfed
TUM : Championnat de Belgique Div. 1-2	17-18.05.2025	0081	Gymfed
GAF : Championnat de Belgique Div. 1-2	24-25.05.2025	0073	FIG
GAM : Championnat de Belgique Div. 1-2	24-25.05.2025	0084	FIG
GR : Championnat de Belgique Div. 1-2	29.05-01.06.2025	0082-0083	FIG
ACRO : Championnat de Belgique Div. 1-2	29.05-01.06.2025	0078	FIG

Lorsque la participation à une compétition FfG nécessite une sélection, la FfG transmettra dans la semaine qui suit le dernier championnat sélectif la liste des gymnastes sélectionnés à tous les clubs concernés. Si, pour quelque raison que ce soit, un gymnaste ne peut participer à la compétition pour laquelle il est sélectionné, le club doit annuler via ClubNet sa sélection dans les 48h qui suivent la réception de la liste. Toute annulation de sélection devra être communiquée selon les modalités fournies par la coordinatrice technique. Une fois ce délai de 48h passé, la licence « Activités Plus » restera due ainsi que le(s) juge(s) à fournir.

#### DEMANDE DE WILDCARD

Lorsqu'un gymnaste ne peut participer à un championnat sélectif en raison de circonstances exceptionnelles (médicale ou autres) mais qu'il justifie d'un niveau suffisant pour participer à une compétition de niveau supérieur, son club peut introduire une demande de Wildcard. Cette demande doit être introduite au moyen du Formulaire de demande de Wildcard annexé au Règlement technique général. Il est également téléchargeable sur le site de la Fédération dans l'Espace membre. Pour être recevable, la demande doit être introduite par le club à la coordinatrice technique dans les 48h qui suivent le Championnat sélectif, accompagnée d'un certificat médical ou tout autre document justificatif. Cette demande sera ensuite analysée par la Commission technique FfG. La décision sera communiquée par Email au club concerné.

**CHAMPIONNAT DE BELGIQUE DE GYMNASTIQUE**

Féminine & Masculine  
24>25.05

Rythmique & Acrobatique  
29>31.05  
01.06

**SOYEZ AUX PREMIÈRES LOGES**

[www.cbgyrnastique.be](http://www.cbgyrnastique.be)

LOUVEXPO  
RUE ARTHUR DELAÏY 7  
7100 LA LOUVIÈRE

