

Start in die Freiluftsaison ab 1. April 2022



Liebe Sportfreunde*innen,

am 1. April starten wir wieder in die Freiluftsaison und trainieren montags, mittwochs und freitags im Willy-Kressmann-Stadion. Bis zu den Osterferien (9.4.-24.4.22) bleiben wir grob bei den Gruppeneinteilungen und Trainingszeiten der Wintersaison, siehe Link

Nach den Ferien passen wir die Trainingszeiten der aktuellen Lage und dem Bedarf an. Wir sehen uns auf dem Platz ☺

Liebe Grüße vom BT-LA-Team

Trainingsausfall am Fr, 18.2.22 !Unwetterwarnung!

Liebe Sportfreunde*innen,

aufgrund der angesagten Sturmwarnung, sagen wir das Training für Freitag, den 18.2.2022 ab.

Als Ersatz gibt es Fitnesstraining per Onlinemeeting:

- 17:00 Uhr 30 Minuten Fitness-Spiel für unsere Jüngsten -U8
- 17:45 Uhr 45 Minuten Fitnesstraining + eine Minieinheit Trainingslehre

Eine Einladung bekommt ihr per Mail.

Herzliche Grüße vom BT-LA-Team

Training in den Winterferien



Liebe Sportfans,

vom 30.1.bis 6.2. sind Winterferien und es findet kein regulären Training statt.

Am **Mittwoch, den 2. Februar 2022** laden wir herzlich zu einer neuen Onlinetraining-Einheit ein. Thema in dieser Woche:

- 17:00 Uhr – **30 min Fitnesstraining** (Praxis, ihr braucht ca 2-3qm Platz) mit Claudi
- 17:30 Uhr – **45 min Einweisung in das OL-Auswertungsprogramm Routegadget** mit Max (OLV). Am Beispiel Teufelssee-OL, zeigen wir euch wie man Einträge vornimmt und Routenwahlen und Laufzeiten vergleichen kann. Bitte schaut gerne schon mal ins Programm:
<https://olberlin.de/gadget/rg2/#280> Wer am Teufelssee-OL '21 teilgenommen hat, kann seine Karte bereit halten.

Am **Sonntag, den 6. Februar 2022** gibt Matthi ein kleines OL-Training im Hans-Baluschek-Park in Schöneberg, Nähe Südkreuz/Priesterweg. Lauftreffler* und Walker*innen sind natürlich auch gern gesehen. Treffen ist auf dem Spielplatz im Hans-Baluschek-Park (Start zwischen 11 und 12 Uhr).

Für eine Teilnahme bitten wir um Rückmeldung bei Claudi.

Wir wünschen allen schöne Ferien.

Liebe Grüße vom BT-LA-Team

Training in der Wintersaison 22

Wir wünschen allen ein gesundes, gutes neues Jahr 2022! Euer BT-LA-Team

Mit Vorsicht und viel Abstand, möchten wir solange es möglich ist, ein reduziertes Training anbieten, hier geht es zu den Trainingszeiten – Berliner Turnerschaft (bt-la.de)

Endspurt zum Jahresende



Am 4. Dezember 2021 gibt es eine kleine Outdoor-Weihnachtsfeier mit einem Halb-Stundenpaarlauf.

Dazu sind alle Kinder und Jugendliche eingeladen. Wir treffen uns um 14:30 Uhr an der Kunststoffbahn im Stadion Wuhletal, Teterower Ring 69, in Berlin-Kaulsdorf. Wer möchte, darf gerne anschließend mit den Eltern, Geschwistern oder Freunden beim Halb-Stundenpaarlauf starten. Hier ist eine separate Meldung bis 1. Dezember erforderlich:
<http://www.kolv.de/index.php?m=4&m2=7&m3=3>

Bitte beachte, dass die Weihnachtsfeier ausschließlich draußen stattfindet. Wir halten uns die gesamte Zeit an der frischen Luft auf und zusätzlich gelten die Hygienebedingungen des Veranstalters.

Weitere Termine:

OL-Training am 11.12.2021- Das Training wird im Freizeitpark Lübars stattfinden. Offener Start von 9:30-13:00 Uhr. Eine Ausschreibung folgt in

den nächsten Tagen. Die Anmeldung erfolgt über den O-Manager.

BT-LA-Training am Mittwoch, den 15.12.2021 ist das letzte praktische Training, danach gehen wir in die Winterpause.

Herzliche Grüße vom BT-LA-Team

Training in der Herbst-, Wintersaison



Lieber Sportfans, hier geht es zu den Trainingsinfos für die Herbst-, Wintersaison 21/22, siehe Link.

Training und Läufe in den Herbstferien



Liebe Sportler*innen, liebe Eltern,

vom 11. bis zum 24. Oktober sind Herbstferien. Hier findet ihr die Informationen zum Trainingsangebot:

Sportabzeichentermine(wir bitten um kurze Voranmeldung bei Konni):

- 14. & 21.10.21 Sportabzeichenabnahme aller **LA-Disziplinen** auf dem Sportplatz Kissingen-Stadion(Forchheimer Str. 22, 13189 Berlin)
Zeitfenster je:

- 9:00-12:00 Uhr &
- 18:30-20:00 Uhr
- 14.10.21 **Radfahren** 15:00-17:00 Uhr (als Ersatz für Sprint oder Ausdauer)
 - Treffpunkt: 15:00 Uhr Tempelhofer Feld, Eingang S-Bahnhof Tempelhof/Tempelhofer Damm
- **Schwimmen**(wir bitten um kurze Terminabsprache)

Lauf & Walkingtreff Fr 15. & 22.10.21 Willy-Kressmannstadion ()in der ersten FerienWoche mit Noemi, in der zweiten suchen wir noch eine nette Betreuung ☺

- 18:00- 19:00 Uhr für Erwachsene
- 18:00-19:00 Uhr Kinder- & Jugend-Lauftreff ab 12 Jahren

Berliner Läufercup und Orientierungslauf in der Region: Termine im Okt/Nov21
 bitte meldet euch bei Matthi, Konni oder Claudi oder per Mail:
 Leichtathletik@berlinerturnerschaft.de zu den nächsten Läufen oder
 Orientierungsläufen. Wir freuen uns auch über Anfänger.

- **Samstag, 16.10.2021 Herbst-OL/ NOR**
- **Sonntag, 17.10.2021 Jedermannlauf mit Walking/ BLC im Tegler Forst**
- **Samstag, 31.10.2021 BLC/ Friedrich-Ludwig-Jahn-Lauf/ Crosslauf in der Hasenheide, für alles was Beine hat ☺**
- **Samstag, den 13.11.2021 BBM Nebel-Cup (Nacht-OL) in Hammer/BB; für OLer mit etwas Erfahrung**
- **Sonntag, den 14.11.2021 NOR Nebel-Cup (Tag) in Hammer; Anfänger geeignet**
- **Sonntag, den 27.11.2021 NOR Teufelssee-OL in Krausnick; für Anfänger geeignet**
- **Sonntag, den 28.11.2021 Herbstwaldlauf/ BLC**

Zu allen Ferienangeboten könnt ihr gern Freunde*innen oder Familienmitglieder mitbringen. Wir freuen uns auf euch. Nach den Ferien wechseln wir an die Winterstandorte.

Mit sportlichen Grüßen vom BT-LA-Team

Training, Wettkampf, neue Kleidung – Infos, Infos, Infos :)



Liebe Sportler_Innen, Liebe Eltern,

am Freitag, 17.9., trainieren die Gruppen von Lutz zu den eingeladenen Zeiten im Kressmann-Stadion. Für die Kinder und Jugendlichen, die in den letzten Wochen Mehrkampf und Wurf/Stoß trainiert haben, gibt es 2 Wettkampftermine:

Freitag, 17.9., 17 Uhr (Eintreffen zwischen 16:30 und 17:00 Uhr erwünscht)

- **BT Abturnen mit leichtathletischem Mehrkampf** (Laufen.Springen.Werfen).
- **Ort:** Sportplatz in den Ministergärten 2, 10117 Berlin – Nähe Brandenburger Tor
- Dauer bis ca. 19 Uhr. Vorläufige Riegeneinteilung nach Altersstufen:
- Riege 1: Mattea, Serafina, Josephine T., Maxi, Nitay, Amit, Aaron M., Aron H.
- Riege 2: Ida M., Clara H., Klara E., Astrid, Sophie (Gast), Henrik
- Riege 3: Ida W., Luzie, Felix, Milosh, Jonathan Q., Jakob, Sonny, Wissam, Elias
- Riege 4: Barbara H., Franziska, Malin, Penelope, Marie, Sarah, Nele (Gast), Anton Q., Franz, Fabio, Konrad, Max, Julian

Alle, die nicht in der Riegeneinteilung stehen und nicht bei Lutz trainieren, haben an diesem Freitag (17.9.) ausnahmsweise einmalig trainingsfrei zur Regeneration.

Sondertraining, Schleuderballwurf & Steinstoßen am Montag, 20.9. von 18:00 – 19:30 Uhr im Kressmannstadion

Am **Freitag, 24.9.** finden im Kressmannstadion ab 17 Uhr die **Berliner Meisterschaften im Werfen und Stoßen des DTB** (Turnerbund) statt. Hier ist die Anwesenheit aller Vereinsmitglieder eingeplant.

Folgende **Lauftermine** gibt es in den nächsten 2 Wochen: Berlin-Brandenburgische Staffelmeisterschaften 3x800 bzw. 3x1000 Meter am 25. September und Crosslauf an der Rodelbahn Zehlendorf (Berliner Läufercup) am 2. Oktober.

Die Abteilungsleitung erinnert daran, dass die **Vereinskleidung (neuer Look)** bestellt werden kann, nur **noch bis 25.09.21!**: Vereinskleidung-bestellen, siehe Link

Mit sportlichen Grüßen an alle

geschrieben von Konni am 15.9.21

Training im August/Sep 21



Liebe Sportler*innen, wir trainieren wieder montags, mittwochs und freitags (mit Hygienekonzept) auf dem Platz. Wir laden euch herzlich zum Training ein ☺ Hier findet ihr die vorläufige Trainingsübersicht und Gruppeneinteilung(wie vor den Ferien):

- Mo – Training
- Mi – Training
- Fr – Training
 - zusätzliches Trainingsangebot für die Gruppen 9, 10 und 14:
Einführung in Kugelstoßtraining je 30 min. Bitte kommt rechtzeitig und erwärmt euch vor der angegebenen Zeit.
 - 17:00 Gruppe 9
 - 17:30 Gruppe 10
 - 18:00 Gruppe 14
 - Mehrkampf am 17.9.21 und BM Wurf am 24.09.21

Onlinetraining:

- **Mittwochs**, um 9:00-9:30 Uhr “Sanfte Morgengymnastik 50+” Einen Einladungslink(per **Jitsi**) gibt es über Konni Leichtathletik@berlinerturnerschaft.de

Bitte beachtet die Hinweise zum Training, siehe unten.

Alle die noch keine Zeit zugeteilt bekommen haben und für alle die Fragen zum Training und zur Organisation haben, wendet euch bitte an Konni Leichtathletik@berlinerturnerschaft.de Herzliche Grüße vom BT-LA-Team

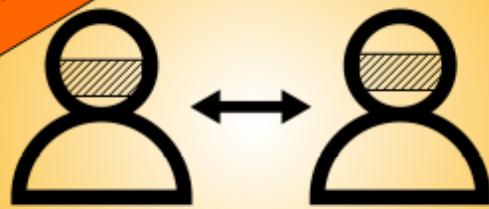
Platzregeln für das praktische Training:

- Ihr braucht:
 - einmalig eine Einverständniserklärung, siehe PDF A5
 - einmalig den **DOSB Coronafragebogen**, siehe **PDF A4** (*bekommt man beim ersten Training*)
 - wetterfeste Sportkleidung, ggf. Sonnenschutz, ein Getränk (am besten Wasser), ein kleines Handtuch (für den Eigenbedarf), einen kleinen Putzlappen mit Tüte(zur Gerätereinigung, z.B. Ball oder Kugel)
 - und Lust auf Sport, wir freuen uns auf euch ☺

VEREINSSPORT NACH LOCKERUNG DER KONTAKTBESCHRÄNKUNGEN

FAIR PLAY HEISST JETZT...

Sport-Regeln



DISTANZREGELN
EINHALTEN

KONTAKT
NACHVERFOLGUNG
ANMELDUNG



HYGIENEKONZEPT

WIR SIND
SPORTDEUTSCHLAND
DOSB

Trainingsregeln:

BT-LA Hygieneregeln
zum kontaktlosen Sport im Freien bleiben bestehen:
Mund/Nase Bedeckung, Anwesenheitsliste,
Gerätereinigung, **Einhaltung von 1,5 m Abstand** usw.



Training erfolgt mit Voranmeldung zur angegebenen Zeit.

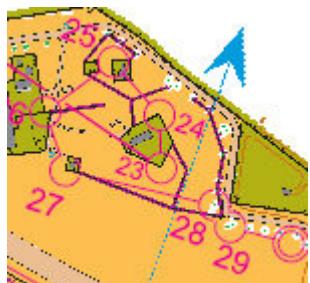
Bitte den Treffpunkt zur eingeteilten Trainingszeit mit Mund-/Nasenschutz betreten/verlassen.

Wir sind angehalten Ansammlungen, insbesondere Warteschlangen, zu vermeiden.

Unsere Trainer*innen können einen vollen Impfstatus nachweisen.

Das BT-LA-Team wünscht viel Spaß beim Training!

OL Training in Alt-Tempelhof am 9. August



Liebe Sportler*innen, liebe Eltern,
am Montag, den 9. Mai 2021 von 17:00 Uhr bis 19:30 Uhr bieten wir euch ein Orientierungslauftraining (Anfänger geeignet) im Alten Park in der Nähe vom Rathaus Tempelhof an. Es gibt drei Strecken: leicht, mittel und schwer. Das BT-LA-Team freut sich auf eure Teilnahme.

Trainingsinfos, siehe PDF:

[BT_DL_Training9_August21](#)