

Orientierungslauf Training und Termine Sep/Okt 21



- Orientierungslauftermine(Update 3.9.21):
 - So 05.09.21 **BBM Mittel OL NOR** Niederlehme, Meldeschluß: 27.8.21!
 - Anreise mit den Öffis: RE2 ab Alex (08:43), hält auch noch Ostkreuz (08:51) und ist dann 09:11 in Königs Wusterhausen. Von dort gibt es um 09:20 den Bus 733 nach Niederlehme, Kirche
 - Treffen um 9:30 Uhr (eine Stunde vor Nullzeit) Bitte beachtet die geltenden Hygieneregeln (3G) und das Konzept des Veranstalters, diese und weitere Infos zum OL(Startzeiten usw. findet ihr hier_0-Manger
 - Mo 06.09.21 **17:30 Uhr BT-OL-Training in Volkspark Rehberge**



<https://www.openstreetmap.org/copyright> ©
OpenStreetMap
contributor

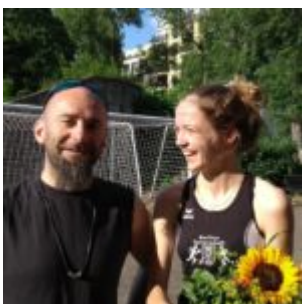
Wegbeschreibung: U6 Station Rehberge aussteigen und dann rechts in die Otawistraße einbiegen. Diese bis zum Ende hinuntergehen. Dann vor dem Eingang zum Volkspark – Achtung beim Überqueren der Afrikanischen Straße- im Park den ersten Weg Richtung rechts nehmen. Es geht ein Stück leicht hoch. Bei der

zweiten Möglichkeit nach rechts abbiegen dort seht ihr dann schon den Brückenbogen. Treffpunkt vor Ort um 17:30Uhr



- 10.-12.9.21 **DM Mittel OL/ BRL/DPT** (Bundeswettbewerb)
- 18.-19.9.21 **JLVK** (Bundeswettbewerb, BT-Auswahl für den Landesverband Berlin: Tim, Pina, Carlo, Frida, Lio, Petru, Calle, Arthur, Mila, Jason, Vereinstart: Sonny, Pepe Herzlichen Glückwunsch, viel Spaß & BT-OLé!
- 1.-3.10.21
- 13.11.21 **BBM** Nebel-Cup (Nacht)
- 14.11.21 **NOR** Nebel-Cup (Tag)
- 20.11.21 **NOR** Teufelssee-OL

Nominierung EYOC & JWOC 2021, Pina wir gratulieren dir!



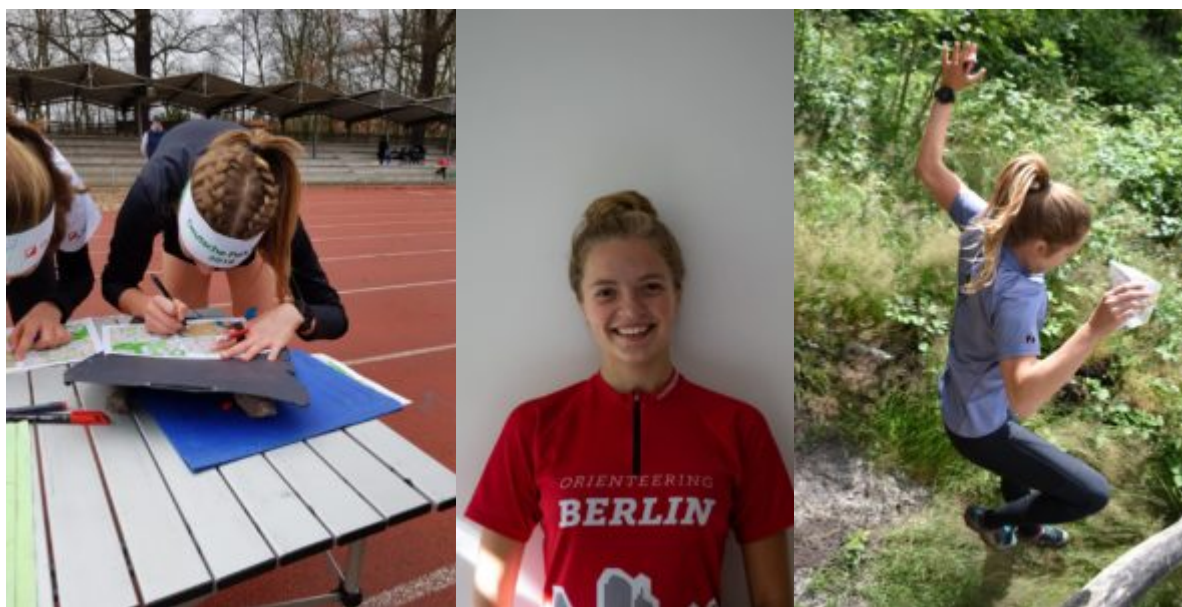
Wir freuen uns und gratulieren **Pina Mauch Berliner Turnerschaft Korp.** zu

ihrer **Nominierung** zur **Jugend-Europameisterschaft** (EYOC19.-22. August 2021 in Vilnius/Litauen) und zur **Juniorenweltmeisterschaft** (JWOC) im September 21 in der Türkei. Unsere Glückwünsche möchten wir auch der Berlinerin Charlotte Leonhardt und allen weiteren Nominierten aussprechen!

BTOLÈ, für die Wettkämpfe 2021 wünschen wir viel Erfolg!

BT-LA-Team

Hier geht es zum Bericht auf der 0-sport.de-Seite, siehe Link



Training im März 2021



Liebe Sportler*innen, liebe Eltern,
bis wir wieder gemeinsam trainieren können versuchen wir euch verschiedene Trainingsangebote zu schaffen.

- Immer **mittwochs** und **freitags** gibt es ein **virtuelles Trainingstreffen**:
 - **mittwochs um 17 Uhr** und **freitags um 17:30 Uhr** Fitnesstraining für Kinder und Jugendliche. Das Training übernehmen immer ältere Kinder/Jugendliche mit der Hilfe von Claudi

- in KW 9-12 gibt es Training mit Ida und Pepe.
- **freitags um 17:00 Uhr** gibt es Training für unsere Jüngsten (ca 8 Jahre und jünger)
 - am Ausmal-Lauf- & Fitnessplan für Minis KW11/12
 - am Ausmal-Lauftrainingsplan für Minis KW9/10
 - am Bastelanleitung für ein Gymnastikband für Minis KW10/11

BT-Jugend – Der Bewegungsraum: Übungen mit dem Gymnastikband, hier geht es zum Video, BT-Jugend Bewegungsraum-Übungen mit Band

Den Einladungslink per Jitsi Meet könnt ihr per Mail (Leichtathletik@BerlinerTurnerschaft.de) oder in der Telegram-Trainingsgruppe erhalten.

- Im März wollen wir im Team 2000 Kilometer sammeln. Sei dabei und schreib uns deine Trainingskilometer die du mit deiner Familie mit Laufen, Wandern, Rad-, Roller-, Inliner- Fahren sammelst. Jeder Kilometer zählt!
- In den Osterferien möchten wir ein vielseitiges Bewegungsangebot zur Verfügung stellen.

Über Fragen, Wünsche und Ideen freuen sich Konni und Claudi. Wir sehen uns beim Training. ☺ Liebe Grüße vom BT-LA-Team

Links zu anderen **Trainingsanregungen/-aufgaben (Stand 3. März 2021):**

- Orientierungslauftrainingsangebote findet ihr auf der neuen <https://olberlin.de> Seite.
- Fitness für die ganze Familie (Grundschul-, Vorschulalter und jünger)
- BT-Jugend Kanal bei YouTube mit diversen Sportangeboten, um die Zeit bis zur Wiedereröffnung der Hallennutzung zu überbrücken, hier gehts zum Angebot: <https://youtu.be/NTrtoyIq8sA>

BT-LA-Lauf-und FitnessSpielAusmalvorlage_compressed

OL-Bundeskadernominierung 2020, Pina wir gratulieren dir!



News	Interaktiv	Wettkämpfe	Nationalteam	Verband	Dokumente	Informationen
Startseite	Archiv	TK News	Mediencenter	Wettkampfvorschau		

Großer Nachwuchskader 2020 am Start

Nach Vorschlag des Trainerrats hat der TK-Vorsitzende **Steffen Lösch** den Nachwuchskader 2020 berufen. Insgesamt 28 Jugendliche aus acht Landesverbänden werden dem Team angehören und Anfang Januar in Bad Kreuznach gemeinsam in die Saison starten.



CYEOC-Team 2019 Foto: Nina Döllgast

Das Trainerteam um Nina Döllgast, Anne-Katrin Klar und Karsten Leideck wird ab sofort durch Wolf-Gerold Juckelandt (SV Robotron Dresden) ergänzt, um der großen Zahl der Athleten gerecht zu werden. Neben dem Kickoff-Wochenende stehen in der ersten Saisonhälfte einige weitere Maßnahmen auf dem Programm. Zusätzlich zum mittlerweile etablierten Technik-Trainingslager wird es ein Sprint- und Athletikwochenende geben, außerdem ist ein Vorbereitungstrainingslager für die Junioren-WM in Planung.

Für den Nachwuchskader nominiert sind:

D16:

Emma Caspari (OL Team Lippe), Marlene Fritz (OL-Team Filder), Julika Funk (OK Leipzig), [Pina Mauch \(Berliner Turnerschaft\)](#), Lone Pompe (SV Robotron Dresden), Jule Roßner (OK Leipzig)

Wir freuen uns und gratulieren Pina Mauch zur erneuten Nachwuchskadernominierung auf Bundesebene. BT0LÈ, für das Jahr 2020 drücken wir ganz fest die Daumen! Dein BT-LA-Team

Berliner Läufercup Finale beim L-F-J-Lauf in der Hasenheide



Es ist geschafft! Beim BLC-Finale konnten wir uns 274 Punkte Vorsprung erkämpfen und somit geht der Mannschaftssieg zum achten mal an die Berliner Turnerschaft. Zweiter wird der SCC und den dritter belegen Die Laufpartner. Im BT-LA-Team sicherten sich folgende Sportler einen Pokal für den 3.Platz: Johanna Meyer und Greta Carlotta Spies (punktgleich), Marie Bremer, Weihang Huang und Igor Fialko. Hugo Oskar Paulsen erkämpfte sich Silber. Und unsere Sieger sind Laila Coulibaly, Anicó Kulow, Moctare Simpore, Matthias Schwartz und Heere Dirks Janssen. Außerdem sammelten fleißig Punkte: Jolan Rivetti, Franz Weidermann, Sven Fruth, Loris Sichrovsky, Leopold Kühschelm, Markus Bickel, Roberto Giertz, Gustav Kaden, Elias Massing, Pina Mauch, Penelope Benz und Claudia Becker. Zusammen mit der Teamwertung sichern wir uns 12 Pokale ☐

Wir gratulieren allen fleißigen Punktesammlern und bedanken uns herzlich bei Matthi und Konni für ihre Motivation und Organisation. Die Ehrung findet am 12.01.2020 (eine Woche vorgezogen) statt. Hier geht's zum Endstand 2019.

Herbstsaison 2019



*Liebe SportlerInnen, hier findet ihr unsere Wintertrainingszeiten . und **Wettkampftermine der Herbstsaison:** [WK_Termine_Herbst__2019](#)*

Liebe Grüße vom BT-LA-Team

BT-LA-Team wünscht schöne Ferien



Vom 3.10. bis 20.10. sind Herbstferien, in der Zeit findet kein reguläres Training statt. Es gibt zwei Sportabzeichentermine:

Mittwoch, den 9.10. um 15:00 Uhr Schwimmen für`s Sportabzeichen mit Claudia im Kombibad Gropiusstadt Berlin (vorher sind wir beim Treppentraining im IDEAL-Hochhaus gegenüber zu finden)

Mittwoch, den 16.10. von 18:00-20:00 Uhr, Abnahme mit Konni im Kissingenstadion Pankow, Forchheimer Str. 22, 13189 Berlin

Am 19.10. heißt es noch mal Berlincup-Punkte sammeln. Oder alternativ Parktourpunkte in Magdeburg. Schöne Ferien wünscht euch das BT-LA-Team

Start nach den Sommerferien



Trainingshinweis: Am Mittwoch, den **7. August** ist aufgrund eines kurzfristigen Fußballspiels der **Platz** für uns **gesperrt**, hier geht's zu den **INFOS**



Am 18. August ist unser **Rehberge OL 2019**

Am 16. August sind **Berliner Mehrkampfmeisterschaften.**

Sommer bei BT, Ferientraining



Sommerpause, nicht für unsere Schnellsten auf Punktejagd ☐ Für alle, die auch Lust auf mehr haben, hier geht's zu den BT-LA-Trainingsangeboten.



Siegerinnen vom Heliuslauf am 30.06.2019; Anicó Kulow, der Siegerin vom Zugspitzlauf, gratulieren wir zum heutigen zweiten Platz :)



Mannschaftssieger beim dritten Ketziner Triathlon -Team: Krampfader, Plattfuß, Fersensporn und Sportfreund Jens mit Persönlicher Bestzeit

Bambini`s und LA Sommerfest



Am Mittwoch, den 19. Juni 2019 laden wir zum Bambini-fest ein. Acht von zehn Stationen werden im Schatten sein. Wasser ist gekühlt, Kuchen gebacken. Wir freuen uns auf euch. Hier geht es zu den Bambini-Infos.

Im Anschluss, ab ca. 18:30 Uhr wollen wir zusammen Essen und Ronny`s und Pina`s Geburtstag und Mila`s Abschied feiern.

In den Sommerferien wird es in den letzten drei Wochen ein Sportangebot

geben, Infos folgen zeitnah.

Wir freuen uns auf euch!
Mit sportlichen Grüßen
BT-LA-Team