



Verehrte Leserinnen und Leser,

was gut ist, hält sich lange, was sich bewährt, will erhalten bleiben, Gewohntes macht sicher. Gewiss! Aber ereilt Sie gerade jetzt im noch jungen, frischen Jahr nicht auch eine gewisse Stimmung mit der Lust, dem Alltagstrott zu entgehen oder aus der beruflichen Routine auszubrechen? Es liegt im menschlichen Wesen: Wenn die Natur sich im frühen Jahr auf Erblühen und Gedeihen vorbereitet, will auch der Mensch seine Kräfte entfalten, sich weiterentwickeln und an seinen Aufgaben wachsen. Da erwachen Wünsche, der täglichen Arbeit mehr Farbe und Abwechslung zu geben, oder auch mal etwas ganz Neues zu wagen.

— wörtlich —

„Wer immer tut, was er schon kann,
bleibt immer das, was er schon ist.“

Henry Ford (1863–1947, amerikanischer Industrieller)

Es muss ja nicht wieder eine neue Ausbildung sein, um sein Wissen und seine Fähigkeiten auszubauen. Das DGYMB-Fort- und Weiterbildungsprogramm bietet vielfältige Themen an, die die Basisqualifikation unseres ebenso vielseitigen Berufs ergänzen und somit seinen Fortschritt unterstützen. Oft braucht es nur einen anderen Blick oder einen anderen Ansatz, um beispielsweise erlerntes Wissen über funktionelle Anatomie so anzuwenden, dass damit Bewegungsabläufe optimiert werden können. Zudem hat der DGYMB weitere Weichen gestellt, unseren Berufsstand in der aufschwingenden Konjunktur am Arbeitsmarkt zu positionieren. Unsere beruflichen Wurzeln will er dabei nicht verlassen, aber neue Antriebe stärken, um eine möglichst große Verbreitung eigener attraktiver und zeitgemäßer Bewegungsangebote zu erzielen. Nicht das Modediktat irgendeines Trendsetters abwarten, sondern die eigene Schaffenskraft in Schwung bringen. Chancen nutzen und handeln, heißt die Devise!

Bitte schwingen auch Sie mit. Seien Sie Ihr eigener Trendsetter. Sie werden staunen, wie viele Möglichkeiten sich Ihnen bieten.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre und grüße Sie herzlich
Ihre

Cornelia M. Kopelsky

Cornelia M. Kopelsky
Redaktionsleitung

Gymnastik

18. Ausgabe
März 2011
7. Jahrgang

Inhalt

Fachbeiträge

Uta Hitzemann-Jahns

4 Spiralbewegungen in der Loheland-Gymnastik

Claudia Fleischle-Braun

6 Das Chladek®-System und sein Stellenwert innerhalb der zeitgenössischen Tanzpädagogik

Gymnastik praxisnah

Bea Miescher

8 Spiraldynamik® für Senioren

DGYMBinitiativ Service für Angestellte und Selbständige

Reiner Odenthal

11 Vertragliche Regelungen für Seminar- und Kursgebühren

Rezensionen

11 In Bewegung bleiben bei Morbus Bechterew

12 Gerätefitness

DGYMBaktuell

13 Arbeitsmotto 2011 | Gina Pfeffer neues Ehrenmitglied | Neujahrsempfang | JHV 2011 in Planung Aktive Kooperation mit Kuratorium Knochengesundheit e. V. | Anerkennungskriterien für Pilates-Weiterbildung | Büro- und Sprechzeiten Bildungsprämien | Nutzung des Verbandslogos zu Werbezwecken | SEM werden – Vorteile genießen

16 DGYMB-Partner 2011

17 Aus- und Weiterbildung im Gesundheitsbereich – Die Bildungswerkstatt Gesundheit stellt sich vor

Themen und Termine

18 Spiraldynamik® – Basic Move | Bewegendes Wiedersehen ehemaliger „Jahn-Schülerinnen“ DGYMBFortbildungen Kalender 2011 | Rückenschul-lizenzen, Neue Osteoporose Schule®, Tanzpädagogik, Loheland-Gymnastik

22 Inhaltsverzeichnisse 2010 der Ausgaben 14 bis 17

Und nun noch ...

24 Die Spirale

5 Impressum

15 Hinweise für Autoren

Titelbild: „Mensch, Natur und Technik in Spiralebewegung“.

Photographiert von Gerhard-Michael Kopelsky, Birkenfeld/Nahe 2011.