Gymnastik

ZEITSCHRIFT FÜR GANZHEITLICHE KÖRPER- UND BEWEGUNGSARBEIT

Juni 2021
59. Ausgabe
17. Jahrgang

Gesund & fit im Beruf

Herausgeber:
Deutscher Gymnastikbund e.V.
DGymB

In Kooperation mit:
OGRATIA
WERBEAGENTUR

Inhalt | Impressum

GYMNASTIK
Zeitschrift für ganzheitliche
Körper- und Bewegungsarbeit

Impressum
59. Ausgabe 17. Jahrgang

Herausgeber:
Berufsverband staatlich geprüfter
Gymnastiklehrerinnen und -lehrer
Deutscher Gymnastikbund DGymB e. V.
Casteller Straße 37
65719 Hofheim am Taunus
Telefon: 01523 4146213
E-Mail: berufsverband@dgymb.de
www.dgymb.de

Redaktion, Anzeigen, Verantwortlichkeit :
Eva-Maria Homann
Rheingaustraße 129d
65719 Hofheim
presse@dgymb.de

Namentlich gekennzeichnete Artikel verantworten ausschließlich die Autoren/innen selbst. Es besteht kein Rechtsanspruch auf den Abdruck von eingesandtem Material. Leserbriefe und andere eingesandte Beiträge stimmen nicht immer mit der Meinung der Redaktion überein. Der Herausgeber behält sich vor, eingesandtes Material nur bei vorheriger Absprache zurückzusenden.

Layout & Satz, Titelseite, Druck:
Ogratia Werbeagentur
Telefon: 08374 259269-2
Welserstrasse 3
87463 Dietmannsried
info@ogratia.de
www.ogratia.de

Foto Titelseite:
Alena Ozerova, shutterstock.com

Abonnementservice / Bezugsquelle:
Geschäftsstelle
Deutscher Gymnastikbund DGymB e. V.
Casteller Straße 37
65719 Hofheim am Taunus
berufsverband@dgymb.de | www.dgymb.de

Bezugsbedingungen:

Einzelpreis 4,50 Euro zzgl. 3 Euro Porto- und Versandkosten, Jahres-Abo (vier Ausgaben) 28 Euro inkl. Porto und Versand. Eine Abo-Kündigung muss der Geschäftsstelle (s.o.) spätestens drei Monate vor Ablauf des Abonnements schriftlich vorliegen.

Erscheinungsweise:
Vierteljährlich

Die nächste Ausgabe der GYMNASTIK erscheint am 1. September 2021.

Redaktionsschluss ist am 8. Juli 2021.

Urheberrechtlicher Hinweis :
Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes wie Nachdruck, auch einzelne Teile, Übersetzungen, Speicherung, Vervielfältigung und Verbreitung einschließlich Übernahme auf elektronische Datenträger sowie Einspeicherungen und Verarbeitung in elektronische Medien (auch Internet) ist ohne vorherige Zustimmung des Herausgebers unzulässig und strafbar.

DGymB auf Facebook
Immer aktuell informiert sein rund um Gymnastikthemen, den Deutschen Gymnastikbund (DGymB), Fortbildungen oder mehr? Folgen Sie uns doch öfter mal auf unserer Facebook-Seite: **https://de-de.facebook.com/DeutscherGymnastikbund.**

2 Inhalt | Impressum Diese Ausgabe

3 Vorwort Editorial
Gabi Bastian

4 Macht uns Homeoffice einsam? Leitthema
Karin Forstmair

5 Tipps für das Arbeiten im Homeoffice GYMNASTIK *im Gespräch*
Für die GYMNASTIK im Gespräch Eva-Maria Homann mit Dr. Dieter Breithecker

7 Chancen für mehr Bewegung Leitthema
Gabi Fastner

11 Kleine Gruppen und Outdoor-Sport Leitthema
Für die GYMNASTIK im Gespräch Eva-Maria Homann mit Christian Strecker

15 Fit im Homeoffice Leitthema
Martin Stengele

18 »Outdoor-Training könnte das Modell der Zukunft sein« Leitthema
Eva-Maria Homann im Gespräch mit Rossi Milenova und Simon U. Schreiter

21 Gesund und fit nicht nur im Beruf Leitthema
Eva Schreiter

23 Gesunde Knie ein Leben lang Leitthema
Rita Harder

24 Eine große Chance GYMNASTIK *aktiv*
impuls e.V.

25 Unser Beruf hat eine große Zukunft GYMNASTIK *Karriere*
Für die GYMNASTIK im Gespräch Eva-Maria Homann mit Gymnastiklehrerin Gabi Fastner

26 Schwarzes Brett *Aus* der *Geschäftsstelle*

27 Dritter Tag der Gymnastik trotz Lockdown? BBGS *aktiv*
Gabi Bastian