



**Einladung zum  
Workshop Capoeira  
im Rahmen der  
Turnfesttage 2020**

# Turngau Mannheim



**150 Jahre**  
1872-2022



Edingen-Neckarhausen, im April 2022

Liebe Capoeira-Freunde,

im Rahmen des Turngau Mannheim Jubiläum laden wir Euch herzlich zu einem Capoeira-Workshop ein. Die Details zum Workshop entnehmt ihr bitte der angefügten Ausschreibung.

**Termin:** Samstag, 18. Juni 2022  
**Ausrichter:** Turngau Mannheim  
**Ort:** Fritz-Mannherz-Hallen  
Wilhelmstraße 42/3  
68799 Reilingen

Falls Änderungen in dieser Ausschreibung vorgenommen werden, findet ihr die aktuellste Version der vollständigen Ausschreibung im Internet auf unserer Homepage [www.turngau-mannheim.de](http://www.turngau-mannheim.de).

Sportliche Grüße  
*Annette Laur*  
Fachwartin Capoeira

*a.laur@turngau-mannheim.de*

# 1. Allgemeine Informationen und Hinweise

## 1.1. Organisatorisches

<b>Termin:</b>	18. Juni 2022
<b>Ausrichter:</b>	Turngau Mannheim
<b>Ort:</b>	Fritz-Mannherz-Hallen, Wilhelmstraße 42/3, 68799 Reilingen
<b>Teilnehmer:</b>	Kinder ab 6 Jahren, Jugendliche, Erwachsene (Alter nach oben offen)
<b>Meldegebühr:</b>	werden keine erhoben
<b>Meldeschluss:</b>	10. Juni 2022 <b>Spontane Anmeldungen am Tag selbst sind ebenfalls möglich.</b>

Für die namentlichen Meldungen bitte ausschließlich den offiziellen Meldebogen auf unserer Homepage ([www.Turngau-Mannheim.de](http://www.Turngau-Mannheim.de)) verwenden.

## 1.2. Hinweise zur Veröffentlichung des Bildmaterials

Mit der Anmeldung zu den oben genannten Wettkämpfen und Veranstaltungen willigt der Meldende ein, dass der Turngau Mannheim, Mitgliedsvereine des Turngau Mannheims und Pressevertreter Bild- und Videoaufnahmen aller angemeldeten Teilnehmer, auch minderjähriger Kinder und Jugendlichen, unentgeltlich auf Internetseiten oder Publikationen zum Zwecke der aktuellen Berichterstattung des Verbands/Vereins veröffentlichen und speichern darf. Der Turngau Mannheim geht davon aus, dass der Meldende gegebenenfalls die Erziehungsberechtigten der Minderjährigen von dieser Regelung in Kenntnis setzt.

Gleiches gilt auch für die Verwendung von Bild- und Videoaufnahmen für Ausschreibungen, Flyer und Plakate des Turngau Mannheims. Allen Teilnehmern muss bewusst sein, dass die Bild- und Videoaufnahmen somit weltweit verbreitet werden können und unbekannte dritte Personen, die über einen Internetzugang verfügen, die Bild- und Videoaufnahmen speichern, bearbeiten und vervielfältigen können. Der Turngau Mannheim kann keine Schutzmaßnahmen gegen derartige Gebrauchsformen vorhalten und übernimmt keine Haftung.

## 2. Workshops

Capoeira ist eine afro-brasilianische Kampfkunst, die Kampfsport, Musik, Tanz, akrobatische Elemente und Ritual verbindet. Man verbessert damit nicht nur die körperliche Fitness, sondern insgesamt Motorik, Koordination, Geschicklichkeit, Rhythmusgefühl, Denkvermögen, Reaktions- und Wahrnehmungsfähigkeit. Im Zentrum des Trainings steht neben Verbesserung der Körperbeherrschung und Elementen der Selbstverteidigung vor allem Respekt und Achtung des Gegners, der in erster Linie als Partner verstanden wird.

Höhepunkt des Trainings ist der spielerische Kampf mit einem Partner in der "Roda", einem von allen Trainierenden gebildeten Kreis, der mit Gesang und Musik das Tempo des Capoeiraspiels bestimmt.

Capoeira ist geschlechterunabhängig und für alle Altersgruppen geeignet, ist interkulturell und inklusiv in Training, Durchführung und historisch-philosophischem Hintergrund.

Diese Sportart aus Brasilien ist dem großen Publikum in Deutschland immer noch weitgehend unbekannt - in Brasilien aber gleichbedeutend mit Fußball und nach jahrhundertelanger Ächtung inzwischen auch von der UNESCO als afrobrasilianisches Weltkulturerbe offiziell anerkannt.

Capoeira ist ein eigenständiges Fachgebiet im Badischen Turnerbund.

### 2.1 Inhalt

Einführung in Capoeira Regional – Bewegung und Musik

Fortgeschrittenenangebot Capoeira Regional – Bewegung und Musik

Abschluss: nach der zweiten Pause etwa 40 Minuten „Offene Roda“

**Referenten: Annette Laur, Wesley da Gomez Cruz de Santana und Trainerteam**

09:00 Uhr – 10:30 Uhr	Einführung und ggf. Gruppeneinteilung Grundlagentraining Capoeira Regional
10:45 Uhr – 12:15 Uhr	Capoeira-Akrobatik und Musik
12:30 Uhr – 14:00 Uhr	Mittagspause
14:15 Uhr – 15:45 Uhr	Aufbautraining Capoeira Regional
16:00 Uhr -17:00 Uhr	Offene Roda aller am Workshop Beteiligten

### **3. Verpflegung**

Die Turnfesttage werden durch den TBG Reilingen bewirtet. Es würde uns freuen, wenn unsere Workshop-Teilnehmer/innen dieses Angebot nutzen würden.

### **4. Sonstiges**

Parkmöglichkeiten sind ausreichend vorhanden und ausgeschildert