



Informationen und Kontakt  
**Deutsche Gewichtheber Jugend DGJ**  
 Geschäftsstelle BVDG  
 Jugendsekretariat  
 Badener Platz 6  
 69181 Leimen

Email: [info@bvdg-online.de](mailto:info@bvdg-online.de)  
 Web: [www.bvdg-online.de](http://www.bvdg-online.de)



# Gewichtheben

Gefördert von:



Bundesministerium  
 für Familie, Senioren, Frauen  
 und Jugend





*„Gewichtheben ist für mich mehr als ein Hobby – für mich ist es Leidenschaft. Daher habe ich mich entschlossen, aktiv im Nachwuchsbereich tätig zu werden, um auch anderen die Faszination am Gewichtheben weiter zu geben. Auch du kannst aktiv werden, mach mit beim Juniorsport-assistenten!“*

**Danny Gründer**  
Jugendssprecher DGJ



## DU

- bist im Gewichtheben aktiv
- bist zwischen 14 und 26 Jahre alt
- bist engagiert oder möchtest dich engagieren
- willst mehr bewegen
- willst mehr aus deinem Sport machen

## WIR

- bieten dir tolle Lehrgänge
- veranstalten spannende Events
- unterstützen dich bei eigenen Projekten für dich und deinen Verein
- ermöglichen dir mehr Engagement im Gewichtheben

## FÜR DICH

### Action-Engagement-Aktionen der DGJ Junior-Akademie



## TERMINE

### DGJ Junior-Akademie Gewichtheben



DATUM	MASSNAHME
-------	-----------

- **Junior-Sport-Assistent/in**  
Steig ein und engagiere dich als Trainer/in! Die Ausbildung zum/zur Junior-Sport-Manager/in qualifiziert dich, eigene kleine Trainingseinheiten zu übernehmen. In zwei Modulen zur Lizenz!

- **Junior-Sport-Manager/in**  
Steig ein und engagier dich als Junior-Sport-Manager/in oder Jugendsprecher/in in deinem Verein. Die Workshops zum/zur Junior-Sport-Manager/in helfen dir, im Verein etwas zu bewegen. Werde fit in Vereinsmanagement, Präsentieren, Vereinsrecht, Satzungen, Events und Sponsoring.

- **Junior-Kampfrichter/in Gewichtheben**
- **Junior-Team Gewichtheben**  
Engagier dich im Team für deine eigenen Projekte. Wir bieten dir Möglichkeiten, selbst dein Projekt im Gewichtheben zu verwirklichen: Freizeitmaßnahme, StrongKids Action-Tag oder unterstütze die DGJ bei größeren Events.