



Kursangebote 2018



CINDY CRAWFORD

Hier erwartet Sie ein breit gefächertes Programm, das die Themen Fitness und Figur miteinander verbindet. In diesem Kurs wird ein gezieltes Ganzkörpertraining mit und ohne Handgeräte (z.B. Flexibar, XCO) angeboten. Dazu gehören Stretch- und Entspannungstechniken. Selbstverständlich wird bei allen Übungen auf eine rückengerechte Ausführung geachtet.

Termin	Mittwoch	Ort	Fitness Factory - Engerstr. 12
Zeit	19.30 Uhr - 20.45 Uhr		Engerstr. 12, 33824 Werther
		Leitung	Oxana Schmidt
Kursbeginn	Kursdauer	Kursgebühr	
10.01.2018 - 21.03.2018	11 Kurstage à 75 min.	13,75 € für Vereinsmitglieder*	41,25 € für Nichtmitglieder
11.04.2018 - 11.07.2018	13 Kurstage à 75 min.	16,25 € für Vereinsmitglieder*	48,75 € für Nichtmitglieder
29.08.2018 - 19.12.2018	14 Kurstage à 75 min.	17,50 € für Vereinsmitglieder*	52,50 € für Nichtmitglieder

Step & More

Dieser Kurs fördert Kondition, Koordination, Muskelkraft, Gewebstraffung und Beweglichkeit. Aerobic, Step-Aerobic, Krafttraining (teilw. mit Kleingeräten), Dehn- und Entspannungsübungen bilden eine ausgewogene Einheit.

Termin	Donnerstag	Ort	Sporthalle Mühlenstraße - alte Halle
Zeit	20.15 Uhr - 21.30 Uhr	Leitung	Sylke Benndorf
Kursbeginn	Kursdauer	Kursgebühr	
11.01.2018 - 22.03.2018	11 Kurstage à 75 min.	13,75 € für Vereinsmitglieder*	41,25 € für Nichtmitglieder
12.04.2018 - 13.07.2017	11 Kurstage à 75 min.	13,75 € für Vereinsmitglieder*	41,25 € für Nichtmitglieder
30.08.2018 - 20.12.2017	14 Kurstage à 75 min.	17,50 € für Vereinsmitglieder*	52,50 € für Nichtmitglieder

- Änderungen sind bei allen Angeboten vorbehalten -



Überwinde deinen inneren Schweinehund !!!

Kontakt: Sylke Benndorf 05203/882637
*TV-Mitglieder mit einem Mindestjahresbeitrag von 48,00 €/Jahr



Überwinde deinen inneren Schweinehund !!!

Verbindliche Anmeldungen zur jeweiligen 1. Kursstunde !!!

-Höchsteilnehmerzahl : 25 Teilnehmer pro Kurs -

Da es sich jeweils um einen abgeschlossenen Kurs handelt, können wir kein Probetraining anbieten.

Es zählt die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldung bei den Kassierern. Verbindliche Voranmeldungen unter kurse@tv-werther.de

Kursanmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgenden Kursen an.

Ich ermächtige Sie, die Kursbeiträge im Lastschriftverfahren bis auf Widerruf von meinem Konto abzubuchen.
Gleichzeitig ermächtige ich meine Bank, Lastschriften zu Gunsten der Gläubiger-ID DE32ZZ00000033828 einzulösen.
Mein Kursbeitrag ist 14 Tage nach Kursbeginn fällig.



Ich melde mich zu folgendem Kurs an (bitte ankreuzen)

Cindy Crawford (Mittwoch)

Step & More (Donnerstag)

Name

Vorname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Wohnort

Telefon

E-Mail

Kontoinhaber

IBAN

Name der Bank/BIC

Kontonummer

Bankleitzahl

oder falls IBAN nicht bekannt - Kontonummer und Bankleitzahl angeben

Bitte geben Sie die Anmeldung in der 1. Kursstunde ab oder senden Sie diese an die Kassierer. Die Mandatsreferenz für Mitglieder ist die Mitgliedsnummer.

Nichtmitglieder bekommen die Mandatsreferenz per E-Mail oder Infüberweisung mitgeteilt. Es zählt die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen bei den Kassierern.



Mit der Kursanmeldung willige ich ein, dass Namen, ggf. Alter und Fotos der angemeldeten Person auf der Internetseite des Vereins, im Jahresbericht, in abteilungsbezogenen Veröffentlichungen und in der Presse veröffentlicht werden dürfen. Diese Erklärung kann jederzeit von mir widerrufen werden.
- Wenn nicht zur Hand, bitte sprechen -

Überwinde deinen inneren Schweinehund !!!

Datum

Unterschrift

Nur für interne Zwecke - hier bitte nichts ausfüllen

Mandatsreferenz

mitgeteilt am

per Mail

per Überweisung

Kursgebühr