

# Verbindliche Anmeldung zum Männersporttag am 09.06.2018

Bitte senden Sie uns Ihre Anmeldung bis zum 01.06.2018

Fax: 05721 995077 | Post: KSB Schaumburg, Enzer Straße 94, 31655 Stadthagen

Vortrag 10.45–12.00 Uhr (BKK24-Lounge)

Vortrag „Mit ‚Quickies‘ zur Bestform? Ist Intervalltraining ‚die Lösung‘?“ von Dipl.-Sportwissenschaftler M. Grote.  
Im Anschluss findet ein kleiner Mittagsimbiss statt.

Sportpraktische Workshopphase 12.30–ca. 16.00 Uhr

Hiermit melde ich mich **verbindlich** zu folgendem Workshop an (Faszientraining und Tennis können nur zusammen gewählt werden, da diese hintereinander stattfinden.):

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> <b>A</b> Modern Arnis (3 Stunden)           | <input type="checkbox"/> <b>E</b> Rudern (3 Stunden)            |
| <input type="checkbox"/> <b>B</b> Bogenschießen (3 Stunden)          | <input type="checkbox"/> <b>F</b> Wandern (3 Stunden)           |
| <input type="checkbox"/> <b>C</b> Golf (3 Stunden)                   | <b>Nur zusammen möglich:</b>                                    |
| <input type="checkbox"/> <b>D</b> Cross-Training/Fitcamp (3 Stunden) | <input type="checkbox"/> <b>G</b> Faszientraining (1,5 Stunden) |
|  | <input type="checkbox"/> <b>H</b> Tennis (1,5 Stunden)          |

Es wird um eine frühzeitige Anmeldung gebeten, da die Teilnehmerzahl für die einzelnen Workshops begrenzt ist!

Ich nehme am Samstag, dem 09.06.2018 auch teil am:

- Grillen zum Abschluss (Bitte ankreuzen)

Name, Vorname:

Straße, PLZ, Ort:

E-Mail-Adresse:

Telefon:

Geb.-Datum:

Mitglied im Verein:

- Ja  Nein

falls ja, welcher Sportverein:

IBAN:

BIC:

Kontoinhaber/-in

(falls nicht identisch mit Teilnehmer)

Unterschrift Kontoinhaber:

Die **Teilnehmergebühren von 10,00 Euro** werden ca. eine Woche vor der Veranstaltung vom oben angegebenen Konto abgebogen. Enthalten sind darin das Sportprogramm, der Mittagsimbiss, Getränke, Kaffee und Kuchen und der Grillabend. Für „Länger besser leben.“-Teilnehmer ist das Angebot kostenlos.

Ort, Datum

Unterschrift des Teilnehmers

**Lizenzverlängerung:**

Die Teilnahme am Männersporttag wird mit **8 LE** zur Verlängerung der Übungsleiter-C-Lizenz angerechnet.