



# RückenFit I



Kurs Nr.:	20070
Wochentag:	Donnerstag
Beginn (Datum):	30.07.2020
Ende (Datum):	03.09.2020
Anzahl der Kursstunden:	5
Ort:	<b>Kleines Kunstrasenfeld</b>
Uhrzeit:	17.30 - 18.30 Uhr
Übungsleiter:	Carmen Kröschel
Teilnehmerzahl:	<b>min. 10 / max. 20</b>
Zusatzinformationen:	<b>Kein Kurs am 06.08.2020. Der Kurs findet bei trockenem Wetter statt.</b>
<b>Kursbeschreibung:</b> In diesem Kurs absolvieren Sie gezielt rückenstärkende Übungen. Sie mobilisieren und kräftigen die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur und lernen, Fehlbelastungen zu vermeiden. Durch regelmäßiges Rückentraining werden muskuläre Dysbalancen ausgeglichen und erhält die Funktionstüchtigkeit ihrer Wirbelsäule. Tun Sie ihrem Rücken etwas Gutes und gewinnen Sie neue Energie. Dieser Kurs ist für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene geeignet.	
<b>Anmeldung:</b> BTS-Geschäftsstelle, Am Mühlgraben 7, 95445 Bayreuth, Tel.: 0921/42059 oder 46581, Fax 0921/74914 e-mail: kurs-info@bayreuther-turnerschaft.de Sie erhalten keine Anmeldebestätigung, aber eine Absage bei Überbelegung. Anmeldungen per email erhalten eine Bestätigungsmail, in den Ferien finden keine Kurse statt. <u>vorübergehende Bürozeiten:</u> Dienstag & Mittwoch von 09.00-12.00/Donnerstag 16.00-18.00	

**Bitte vollständig ausfüllen! Vielen Dank! Bitte vollständig ausfüllen! Vielen Dank!**

Anmeldung für Kurs		RückenFit I		20070	
Name		Vorname		Geburtsdatum	
Straße, Hausnr.		PLZ Wohnort			
<i>Bitte unbedingt angeben (Kursausfall)</i>		<i>Möchten Sie per email informiert werden?</i>			
Telefon vormittags		E-Mail			
IBAN / BIC / Bank (nur Nichtmitglieder bzw. abweichendes Konto)					
BTS-Mitglied?		ja <input type="checkbox"/> 15,00 €		nein <input type="checkbox"/> 35,00 €	
(Die Abrechnung erfolgt nach gehaltenen Stunden)					
Ich melde mich hiermit verbindlich zu oben genanntem Kurs an und bin einverstanden, dass die Gebühr von meinem Konto abgebucht wird. Eine Rückerstattung ist nicht möglich (in Ausnahmefällen mit Attest). Die Informationen zum Datenschutz sowie die <b>aktuell gültigen Hygienevorschriften</b> im Verein wurden zur Kenntnis genommen.					
Ort, Datum		Unterschrift			