

Anmeldung zum Lehrgang „Gesundheitssport“ am 10. Juli 2021

Name.....Vorname.....
Straße.....
PLZ/Ort.....
Tel./mobil.....
E-Mail.....
DJK-Mitglied bei..... kein DJK-Mitglied

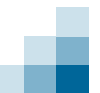
Bei Veranstaltungen des DJK-Sportverbandes wird fotografiert. Die TeilnehmerInnen an den DJK-Veranstaltungen erklären hiermit ihr Einverständnis zur Erstellung von Bildaufnahmen ihrer Personen im Rahmen von Veranstaltungen sowie zur Verwendung und Veröffentlichung solcher Bilder zum Zwecke der öffentlichen Berichterstattung über das Verbandsleben.

Aus organisatorischen Gründen kann diese Anmeldung nur bearbeitet werden, wenn ein einmaliges SEPA-Lastschriftmandat in Höhe der Teilnehmergebühr vorliegt. Erklärung: Ich ermächtige den DJK-Diözesanverband, Gläubigernr. DE37ZZZ0000035096 einmalig **eine Zahlung in Höhe von**€ von meinem/unserelem Konto einzuziehen. Zugleich weise ich mein/unser Kreditinstitut an, die von o.g. Zahlungsempfänger auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Hinweis: Ich kann/wir können innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserelem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

IBAN:.....

Kontoinhaber/in.....

Ort, Datum..... rechtsverbindl. Unterschrift.....



Verteiler:

- Vereinsvorsitzende
- Vereinsgeschäftsstellen
(mehrfach mit der Bitte um Verteilung)
- Teilnehmer früherer Lehrgänge
- Mitglieder der Diözesangremien z.Kt.

Kosten:

für DJK-Mitglieder: 30,- €
für Gäste: 50,- €

Leistungen:

- Fortbildung
- gemeinsames Mittagessen
- DJK-Mitglieder erhalten 50 % Fahrtkostenerstattung mit 0,30 €/km

Anmeldung: Die Teilnehmergebühr wird nach Erhalt der Anmeldebestätigung durch eine einmalige Ermächtigung (s. Meldeformular) unter der Mandatsreferenz Gesundheitssport_2 zum 01.07.2021 von Ihrem Konto abgebucht.

DJK Diözesansportverband
Rottenburg-Stuttgart

Jahnstr. 30, 70597 Stuttgart

Telefon: 0711/9791-4780

Fax: 0711/9791-4789

www.djk-drs.de
Email: djk@blh.drs.de

DJK Diözesansportverband
Rottenburg-Stuttgart

Lehrgang Präventionssport Slow Jogging Yoga Wheel und Pilates

10. Juli 2021

Wernau



Slow Jogging, Yoga Wheel, Pilates

Wir laden herzlich ein zu einem ganzheitlich ausgerichteten Tageslehrgang.

Es werden sowohl Aspekte der körperlichen Fitness, als auch der körperlich-geistigen Entspannung angesprochen.

Slow Jogging

An diesem Tag lernen wir ein wunderbares, einfaches und vergnügliches Herz-Kreislauftraining kennen. Bei diesem werden bei gleicher Distanz genauso viele Kalorien verbrannt, wie bei anderen Laufarten auch.

Im Gegensatz zu diesen, wird jedoch zeitgleich der ganze Körper gelockert und massiert. Vom Einsteiger bis hin zum Profi, eine tolle Möglichkeit!

Yoga Wheel und Pilates

Kraft, Entspannung, Meditation. Es wird richtig rund. Wir verbinden Yoga- und Pilatesübungen mit dem Yoga Wheel. Eine ganz neue Erfahrung kraft der runden Bewegung des Rades. Die Yoga Wheels werden für diesen Tag durch uns zur Verfügung gestellt.

Dieser Tag ist sowohl für Übungsleiter/innen, als auch für Menschen, die für sich nach Wegen suchen, konzipiert.

Wir freuen uns auf Euer Kommen!

Sandra Wittmann, Sport- und Gymnastiklehrerin,
Yogalehrern

Martina Petermann, Sportleiterin DJK Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, bequeme Sportkleidung, Socken, Trinkflasche, Schreibzeug und Mund-Nasen-Schutz

Termin: 10. Juli 2021

Zielgruppe: Übungsleiter und Interessierte

Ort: Jugend- und Tagungshaus,
Antoniusstr. 3,
73249 Wernau

Beginn: 9:00 Uhr

Ende: ca. 17:00 Uhr

Referentin: **Sandra Wittmann**
Sport- und Gymnastiklehrerin,
Yogalehrern

Leitung: **Martina Petermann**
Sportwartin Diözesanverband
Rottenburg - Stuttgart

Meldeschluss: 24. Juni 2021

Der Lehrgang wird zur ÜL-Lizenzverlängerung mit 8 UE anerkannt.

E-Mail: djk@blh.drs.de
Fax: 0711/9791-4789

Meldeabschnitt zurück an

DJK-Diözesansportverband
- Geschäftsstelle -
Jahnstr. 30
70597 Stuttgart