



» EINTRACHT FRANKFURT e.V. · TURNABTEILUNG
Oeder Weg 37 · D-60318 Frankfurt am Main



Präventive Wirbelsäulengymnastik ab Montag, den 12.08.2019, 18-19 Uhr

Kursinhalte (u.a.): Kräftigung, Mobilisation und Dehnung der die Wirbelsäule stabilisierenden Muskulatur
Erlernen rückengerechter Alltagsbewegungen
Allgemeine Verbesserung der Fitness und Ausdauer
Entspannungsübungen

Termine (18 Einheiten, 1x/Woche ab Montag, den 12.08.2019):

Kursleiterin: Frau Kathrin Hübner
(staatlich geprüfte Physiotherapeutin/anerkannte Rückenschullehrerin)

→ Hinweis: Es werden keine Teilnehmerbescheinigungen für die Krankenkasse ausgestellt!

Kosten:

- Mitglieder: 80,-€ zzgl. zum normalen Mitgliedsbeitrag / Nichtmitglieder: 160,-€ (Mitgliedsbeitrag Erwachsene 17,00 €, Rentner 10,50 € pro Monat)

Anmeldung:

1. Unteren Abschnitt bitte in der Geschäftsstelle der Turnabteilung der Eintracht Frankfurt e.V., Oeder Weg 37, 60318 Frankfurt abgeben (**gilt als verbindliche Anmeldung!**)
2. Bezahlung in der Geschäftsstelle oder per Überweisung
Frankfurter Sparkasse
IBAN: DE22 5005 0201 0000 1553 33
BIC: HELADEF1822
**Verwendungszweck: Präventive Wirbelsäulengymnastik,
Kurs bei Kathrin Hübner, 2. HJ 2019, Name des Teilnehmers**

Bei Kursantritt ist eine Quittung oder eine Überweisungskopie der bezahlten Kursgebühr in der Geschäftsstelle abzugeben oder der Übungsleiterin vorzulegen.

Die Gebühr kann nicht zurückerstattet werden, wenn der Teilnehmer nach Anmeldung und Zahlung an dem Kurs nicht mehr teilnehmen kann.

Bitte beachten Sie, dass der Kurs erst ab 10 Teilnehmer stattfinden kann!

Anmeldung Wirbelsäulengymnastik-Kurs ab Montag den 12.08.2019, 18:00 Uhr

Name, Vorname: _____ Mitglieds-Nr.: _____

Tel.-Nr./Mobil (tagsüber): _____ E-Mail: _____

Datum, Unterschrift

Basketball

Boxen

Dart

Eishockey

Eissport

Fan- und Förder

Fußball

Handball

Hockey

Leichtathletik

Rugby

Tennis

Tischtennis

Triathlon

Turnen

Volleyball