



Kursübersicht und Anmeldung für Oktober – Dezember 2020

Name, Vorname: _____ Telefon: _____ E-Mail _____

Anschrift: _____

AquaCycling Fit for Fun

Kurs 4	Mittwoch, 07.10. – 09.12.2020 18.30-19.15 Uhr, KL Frau Eckle	<input type="checkbox"/>
Kurs 6	Donnerstag, 08.10. – 10.12.2020 18.30-19.15 Uhr, KL Frau Seitz	<input type="checkbox"/>
Kurs 7	Donnerstag, 08.10. – 10.12.2020 19.30-20.15 Uhr, KL Frau Seitz	<input type="checkbox"/>

AquaCycling ist eine Trendsportart, die auf speziell entwickelten Fahrrädern im Wasser durchgeführt wird. Durch das gelenkschonende Radeln im Wasser werden vor allem Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit trainiert.

Die Kurse „Fit for Fun“ sind für Anfänger- und Fortgeschrittene geeignet.

Kursdauer: 10 Kurseinheiten Einheiten á 45 Minuten

Kosten: **100,00 € incl. Eintritt**

Datum/Unterschrift

Aqua-Jogging

Kurs 10	Freitags, 09.10. – 11.12.2020 19.45-20.30 Uhr, KL Frau Ubl	<input type="checkbox"/>
Kurs 11	Freitags, 09.10. – 11.12.2020 20.30-21.15 Uhr, KL Frau Ubl	<input type="checkbox"/>

Aqua-Jogging ist ein effektives gelenkschonendes Ausdauertraining im Wasser. Aufgrund der Wassertiefe wiegt man nur noch ca. 10 % seines Körpergewichtes, was zu einer wesentlichen Entlastung des gesamten Bewegungsapparates führt. Durch den Wasserwiderstand werden alle Körperpartien gleichmäßig trainiert.

Dauer: 10 Kurseinheiten á 45 Minuten

Kosten: **65,00 € incl. Eintritt**

Datum/Unterschrift

Schwimmkurse

Kurs 12 Erwachsene Technik „Kraul“ Anfänger □
Donnerstag 08.10. – 03.12.2020,
18.30 - 19.30 Uhr, KL Herr Gassmann
Kursdauer: 8 Einheiten á 45 Minuten
Kosten: **95,00 € incl. Eintritt**

Datum/Unterschrift

Organisatorisches:

Kursgebühr

Nach eingegangener Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung/Rechnung, die innerhalb von 14 Tagen fällig wird. Der Rechnung liegt eine Kurskarte bei, die Sie zum Eintritt berechtigt.

Kursbetrieb

Die Kurszeiten sind zum Teil außerhalb der Öffnungszeiten. Das Baden ist nur während der Öffnungszeiten möglich. Mindestteilnehmerzahl: Wir behalten uns vor, die Kurse bei nicht Erreichen von 6 Teilnehmern, kurzfristig abzusagen.

Organisatorisches

Die Vergabe der Plätze erfolgt nach Eingang der Anmeldung. Versäumte Kurstermine sowie eine Teilrückerstattung wegen Urlaub, Krankheit etc. ist leider aus organisatorischen Gründen nicht möglich.

Abmeldung

Bei rechtzeitiger Abmeldung bis spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn erheben wir keine Gebühren. Bei späteren Abmeldungen erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 20,00 €.

Info Telefon 07344/9 24 80 – 11

E-Mail p.schneider@blaubeuren.de; oder Fax 07344/ 9 24 80 – 48; www.tw-blaubeuren.de