



RückenYoga



Kurs Nr.:	19107
Wochentag:	Freitag
Beginn (Datum):	13.09.2019
Ende (Datum):	20.12.2019
Anzahl der Kursstunden:	14
Ort:	Kursraum 1, Am Mühlgraben 7
Uhrzeit:	18:15 -19:15 Uhr
Übungsleiter:	Inge Butler
Teilnehmerzahl:	max. 13
Zusatzinformationen:	

Kursbeschreibung:

Diese sanfte RückenYoga-Stunde bekämpft Rückenprobleme auf allen Ebenen: Sie kräftigt die Rücken- und Bauchmuskulatur, fördert die Beweglichkeit der Wirbelsäule, durchblutet und dehnt die verspannte Muskulatur. Der gesamte Körper kommt in Symmetrie und Balance und durch die ruhige Atmosphäre bauen Sie Stress ab. RückenYoga ist eine nachhaltige Kombination aus östlicher Geistes- und Körperschulung und westlichen Erkenntnissen aus der Sportmedizin und der modernen Rückenschule.

Anmeldung:

BTS-Geschäftsstelle, Am Mühlgraben 7, 95445 Bayreuth, Tel.: 0921/42059 oder 46581

Fax: 0921/74914, e-mail: kurs-info@bayreuther-turnerschaft.de

Bürozeiten: Dienstag & Mittwoch von 09:00-12:00/Donnerstag 16:00-18:00/Freitag 08:00-12:00 Uhr

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung, aber eine Absage bei Überbelegung. Anmeldungen per email erhalten eine Bestätigungsmail. In den Ferien finden keine Kurse statt.

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

Anmeldung für Kurs		RückenYoga	19107
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"/>	42,00 €	nein <input type="checkbox"/> 91,00 €

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 im Verein wurden zur Kenntnis genommen.

Ort, Datum	Unterschrift
------------	--------------