



Pilates



Kurs Nr.:	20024
Wochentag:	Mittwoch
Beginn (Datum):	08.01.2020
Ende (Datum):	01.04.2020
Anzahl der Kursstunden:	11
Ort:	Kursraum 1, Am Mühlgraben 7
Uhrzeit:	20:15 - 21.15 Uhr
Übungsleiter:	Inge Butler
Teilnehmerzahl:	min. 5 / max. 13
Zusatzinformationen:	

Kursbeschreibung:

Pilates ist ein konzentriertes Ganzkörpertraining. Es stärkt deine Körpermitte und sorgt für eine gute Haltung. Durch kombinierte Dehnungs- und Kräftigungsübungen ist es die Grundlage für gesunde Gelenke, flexible Faszien, trainierte Muskeln und einer mentalen Ausgeglichenheit. Alle Muskeln werden effektiv trainiert und im Einklang mit dem Atemrhythmus wird die Tiefenmuskulatur gekräftigt.

Anmeldung:

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.

Bürozeiten: Dienstag & Mittwoch von 09.00-12.00/Donnerstag 16.00-18.00/Freitag 08.00-12.00 Uhr

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

Anmeldung für Kurs	Pilates	20024
Name	Vorname	Geburtsdatum
Straße, Hausnr.	PLZ Wohnort	
<i>Bitte unbedingt angeben (Kursausfall)</i> Telefon vormittags	<i>Möchten Sie per email informiert werden?</i> E-Mail	
IBAN / BIC / Bank (nur Nichtmitglieder bzw. abweichendes Konto)		
BTS-Mitglied?	ja <input type="checkbox"/> 33,00 €	nein <input type="checkbox"/> 77,00 €

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
------------	--------------