



Mehr Balance im Alltag Fortbildung Seniorensport/ Ältere

Leitung: Ursula Granzeuer

- Kenn-Nummer: 7102
- Veranstalter: Hellweg-Märkischer Turngau e. V.
- Ausrichter: HMT
- Veranstaltungsort: Dortmund – Sporthalle Kreuzstr. (Leibniz Gymnasium)
Bitte beachten: Eingang und Parkplatz Kuithanstr.!
- Veranstaltungstermin: Samstag, 4. September 2010
10 – 17 Uhr
- Meldeschluss: 26. August 2010
- Meldung an: **HMT – Geschäftsstelle**
Heike Jablonka
Moorkampstrasse 2
59558 Lippstadt
☎ 02941 / 1504929
✉ info@hmt-turngau.de
- Inhalt der Meldung: Kenn-Nr., Verein, Name, Vorname, Geb.-Datum **per Mail**
oder schriftlich auf HMT-Meldebogen für Lehrgänge
- Organisationsbeitrag: 15 EURO (ÜL - Lizenz Verlängerung mit 8 LE`s)
- Bitte beachten: Der Beitrag kann nur per Überweisung auf eines der Geschäftskonten des Hellweg-Märkischer Turngaues
Konto 609 953 100, BLZ 41060120, Volksbank Hamm
Konto 88 211, BLZ 443 500 60, Sparkasse Unna
oder per Lastschrift bezahlt werden. Schecks oder Bargeld werden nicht
angenommen!!! Ohne Geldeingang ist die Meldung ungültig.
Verwendungszweck: Kenn-Nr. + Verein
- Inhalte: Mehr Balance im Alltag – Das Anti Sturz Training
- Muskeltraining plus Balanceübungen vermindern im Alter das Sturzrisiko und verbessern die Umsetzung alltagsnaher Bewegungsabläufe.
Diese wichtigen Aspekte werden in abwechslungsreichen Stundenmodellen angeboten.
Bitte außer normalem Sportzeug auch Gymnastikmatte und rutschfeste Socken mitbringen!
- Teilnahmebedingungen: Teilnahmeberechtigt sind alle Mitglieder des HMT. Sie müssen durch ihren Verein beim LSB versichert sein. Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung (Schaden, Diebstahl, Unfall, usw.)