



Fit und Aktiv

Fortbildung Seniorensport/ Ältere

Leitung: Ursula Granzeuer und Monika Neuhaus

- Kenn-Nummer: 7103 + 7104
- Veranstalter: Hellweg-Märkischer Turngau e. V.
- Ausrichter: HMT
- Veranstaltungsort: Bönen - Goethe Schule – Wolfgang Fräger Str. 1
- Veranstaltungstermin: Samstag, 30. Oktober 2010: 9.00 – 16.00 Uhr
Sonntag, 31. Oktober 2010: 9.00 – 16.00 Uhr
- Meldeschluss: 21. Oktober 2010
- Meldung an: **HMT – Geschäftsstelle**
Heike Jablonka
Moorkampstrasse 2
59558 Lippstadt
☎ o2941 / 1504929
✉ info@hmt-turngau.de
- Inhalt der Meldung: Kenn-Nr.
(Wichtig, da dieser Lehrgang über 2 Tage läuft: Sa 7103 und/oder So 7104!!!)
Verein, Name, Vorname, Geb.-Datum
per Mail oder schriftlich auf HMT-Meldebogen für Lehrgänge
- Organisationsbeitrag: 30 EURO für beide Tage (ÜL - Lizenz Verlängerung mit 15 LE`s)
15 Euro für einen Tag (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: Vielfältige Angebote zur Gestaltung von Sportstunden mit Senioren u.a.:
- Stärken der Halte und Stützsysteme
 - Ausdauer und Koordination
 - Seniorentänze
 - Wandern/ Walking/ Nordic Walking (entsprechende Kleidung mitbringen!)
 - Wassergymnastik (Badekleidung 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.)

Ursula Granzeuer
Fachwartin Seniorensport

Manfred Beier
1. Vorsitzender