

EINLADUNG zum Workshop
„Richtig Fit mit Gymstick“

GYMSTICK™ ist ein einfaches, effektives und langlebiges Trainingsgerät. Das Training ist optimal dosierbar. Mit Gymstick ist es gelungen, ein Ganzkörper-Fitnessgerät zu entwickeln, dass sich ungeachtet des Alters und der körperlichen Voraussetzungen einsetzen lässt. Die Einsatzmöglichkeiten sind deshalb sehr vielfältig.

Termin

Sonntag, 04. März 2012

Beginn: 09:00 Uhr

Ende: 16:00 Uhr

Ort

Universitätssportinstitut (USI)

Universitätsstrasse 63

9020 Klagenfurt



Zielgruppe

KursleiterInnen in ASVÖ Vereinen, LehrwartInnen, TrainerInnen, SportwissenschaftlerInnen, PädagogInnen,

Inhalte

Der Gymstick trainiert alle großen Muskelgruppen ebenso wie die kleinen, gelenksnahen Muskeln, die vor allem für die Stabilität der Gelenke und die Balance wichtig sind. In der Praxis wird neben der Kraftausdauer und der Ganzkörperstabilisation ebenfalls Augenmerk auf die Fettverbrennung, verbesserte Koordination und Gleichgewichtsschulung gelegt.

Trainerin

Mag. Katrin Zunkovic

www.kinesiologi.com

Teilnehmerzahl

maximal 15 Personen

Zertifikat

Nach erfolgreicher Absolvierung bekommen die TeilnehmerInnen eine Teilnahmebestätigung.

Kosten

€ 32,- für „Fit für Österreich“-Qualitätssiegel-ÜbungsleiterInnen eines ASVÖ Vereines

€ 40,- für Mitglieder eines ASVÖ Vereines

€ 100,- für Nicht ASVÖ Mitglieder

Wir möchten darauf hinweisen, dass dieser günstige Kurspreis nur durch eine Förderung des Sportministeriums möglich ist! Diese Sonderkonditionen werden leider nicht auf Dauer geboten werden können!

Die Kurskosten müssen bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn auf das ASVÖ Konto

Nr.: 00617 590 500 BLZ: 12000 BANK AUSTRIA

mit dem Verwendungszweck „Richtig Fit mit Gymstick – Kärnten 2012“ überwiesen werden.

Bei einer Abmeldung vom Kurs ab einer Woche vor Kursbeginn fallen 100 % Stornokosten an.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt mittels Anmeldeformular, das bis spätestens 17. Februar 2012 per e-mail, Fax oder Post im ASVÖ Kärnten einlangen muss.

Informationen

Für weitere Fragen wenden Sie sich bitte an:

Mag. Mag. (FH) Katrin Dorfer

ASVÖ Kärnten-Projektkoordinatorin

Schleppe Platz 5/2/3, 9020 Klagenfurt

E: k.dorfer@fitfueroesterreich.at

W: www.asvoe-kaernten.at, www.fitfueroesterreich.at

T: 0463 - 51 41 46 - 1

F: 0463 - 51 41 46 - 5

M: 0664 - 28 48 402

ANMELDEFORMULAR zum Workshop
„Richtig Fit mit Gymstick“

03. März 2012

Ort: Universitätssportzentrum (USI) Klagenfurt
Universitätstrasse 63, 9020 Klagenfurt

Bitte umgehend an den ASVÖ Kärnten, zH Katrin Dorfer
Schleppe Platz 5/2/3, 9020 Klagenfurt
Mobil: 0664/2848402, Fax: 0463/514146-5
e-mail: k.dorfer@fitfueroesterreich.at

per Fax, e-mail oder Post übermitteln

Name _____

Verein _____

Adresse _____

Geburtsdatum _____

Tel. Nr. / E-Mail _____

Ausbildungen/Erfahrungen im Sport (wenn vorhanden):

Ich leite ein „Fit für Österreich“ – Qualitätssiegel Angebot.

Wenn ja, Angebotsnummer: _____

Ich melde mich hiermit verbindlich zur Ausbildung an. Bei Abmeldung vom Kurs ab einer Woche vor Kursbeginn fallen 100 % Stornokosten an.

Die Kurskosten müssen bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn auf unser Konto bei der Bank Austria, Konto Nr: 00617 590 500 BLZ: 12000, mit dem Verwendungszweck „Workshop RF mit Gymstick - Kärnten 2012“ überwiesen werden.

Datum

Unterschrift