

EINLADUNG zum Workshop „Richtig Fit mit dem Theraband“

Das Fitnessstudio in Westentaschenformat! Übungsbänder von Theraband® sind kostengünstige, vielseitige und effektive Trainingsgeräte zur individuellen Kräftigung der Muskulatur.

Ein vielseitiges Ganzkörpertraining zur Steigerung von Kraft, Mobilität und Flexibilität ist nahezu überall möglich.

Termin

Samstag, 03. März 2012

Beginn 09:00 Uhr

Ende ca. 16:00 Uhr

Ort

Universitätssportinstitut (USI)

Universitätsstrasse 63

9020 Klagenfurt



Zielgruppe

ÜbungsleiterInnen in ASVÖ Vereinen, LehrwartInnen, TrainerInnen, SportstudentInnen, Lehrerinnen, SportwissenschaftlerInnen, Interessierte

Inhalte

Es werden etablierte und neu entwickelte Übungen, bei denen funktionelle Kräftigung im Mittelpunkt steht, vorgestellt. Das Theraband eignet sich auch hervorragend für spielerische Übungsformen, zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und zum Mobilisieren.

Trainerin

Mag. Katrin Zunkovic

www.kinesiologi.com

Teilnehmerzahl

8 bis maximal 15 Personen

Zertifikat

Die TeilnehmerInnen bekommen nach erfolgreicher Absolvierung des Workshops 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 unser

Konto Nr: 00617 590 500

BLZ: 12000

BANK AUSTRIA

mit dem Verwendungszweck „Richtig Fit mit Theraband - Kärnten 2012“ überwiesen werden.

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-Projekt Koordinatorin

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 Theraband“

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 Theraband - Kärnten 2012“ überwiesen werden.

Datum

Unterschrift