



FRAUENSport - AKTIONSTAG

am 03.11.2018

in Salzwedel



LandesSportBund
Sachsen-Anhalt e. V.



ALTMARKKREIS
SALZWEDEL

Mädchen und Frauen stärken

INFORMATIONEN

- Im Teilnehmerinnenbeitrag in Höhe von 15€ sind ein Mittagessen **A** (Nudelpfanne mit Gemüse vegetarisch) oder **B** (Schnitzel, Gemüse u. Kartoffeln) und ein Getränk enthalten
- Weitere Getränke können vor Ort käuflich erworben werden
- Bitte Sportbekleidung, Handtuch und Decke mitbringen
- Umkleidemöglichkeiten sind vorhanden
- Versicherungsschutz besteht im Rahmen der Sportversicherung für Vereinsmitglieder
- Für Teilnehmer/-innen, welche nicht in einem Sportverein organisiert sind, besteht Versicherungsschutz während der aktiven sportlichen Betätigung im Rahmen des zusätzlich abgeschlossenen Versicherungsvertrages
- Für ausgebildete Übungsleiterinnen C (sportartübergreifender Breitensport) werden bei Teilnahme an 4 Workshops 4 LE zur Lizenzverlängerung anerkannt
- Kinderbetreuung ist möglich, aber anzumelden



Volksbank
Uelzen-Salzwedel eG **Apotheke**
Vor dem Lüchower Tor



ANMELDEMODALITÄTEN

Anmeldeschluss ist der 22.10.2018

Bitte nutzen Sie dazu die abtrennbare Anmeldung und schicken diese bitte per Post oder Mail an:

TV „Fr.-L.-Jahn“ Salzwedel e.V.

c/o Hagen Schulze

Mühlenstraße 10

29410 Salzwedel

oder per E-Mail (Formular im Anhang)

frauensportaktionstag@jahn-tv.de

Betreff: Anmeldung Frauensportaktionstag

Bitte wählen Sie bis zu vier Workshops und je zwei Ersatzkurse aus. Wir bemühen uns, möglichst viele Erstwünsche zu berücksichtigen.

Die Buchung der Workshopwünsche erfolgt nach Zahlungseingang. Sie finden alle Informationen zum Frauensportaktionstag auf der Webseite unseres Vereins.

www.jahn-tv.de

Der Teilnehmerinnenbeitrag ist in Höhe von 15€ bis zum 26.10.2018 zu überweisen. (Falls bis zu diesem Datum kein Zahlungseingang erfolgt, ist die Anmeldung hinfällig)

Bankverbindung:

TV „Friedrich Ludwig Jahn“ Salzwedel e.V.

IBAN: DE 33 8105 5555 4001 0728 70

Sparkasse Altmark West

Zahlungsgrund: Frauensportaktionstag 2018

+ Name der Teilnehmerin

ABLAUF

Termin : 03.11.2018

Zeit : 08:30 - 16:30 Uhr

Ort : BBS Salzwedel

Käthe-Kollwitz-Str. 1

29410 Salzwedel

Eingeladen sind alle interessierten Frauen, ob mit oder ohne Vereinsmitgliedschaft. Neben dem Spaß am Sport gibt es viele neue Anregungen für den Vereinssport. (Teilnehmerinnen unter 16 Jahren nur mit weiblicher Aufsichtsperson)

Tagesplan:

08:30 Einlass & Ausgabe der Unterlagen

09:20 Eröffnung & Grußworte in der Turnhalle

09:40 Warm-up für alle in der Turnhalle

10:00-11:00 1. Workshop-Runde WSR1

11:00 - 11:30 Pause

11:30 - 12:30 2. Workshop-Runde WSR2

12:30 - 13:30 Mittagspause & Essenausgabe

13:30 - 14:30 3. Workshop-Runde WSR3

14:30 - 14:45 Pause

14:45 - 15:45 4. Workshop-Runde WSR4

ab 15:45 gemeinsamer Abschluss in der Turnhalle

WORKSHOP-ÜBERSICHT

Ort	WSR1	WSR2	WSR3	WSR4
Turnhalle	WS1 Jumping Fitness	WS14 Jumping Fitness	WS25 Style Mix	WS36 Orientalischer Tanz
Feld 1				
Turnhalle	WS2 Badminton	WS15 Style Mix	WS26 smovey BEWEGUNGS-KURS®	WS37 smovey BEWEGUNGS-KURS®
Feld 2				
Turnhalle	WS3 Fitdrum Trommeln	WS16 Zumba Fitness®	W27 Zumba Fitness®	W38 Rhönrad
Feld 3				
Raum 1	WS4 Cantienica®	WS17 Cantienica®		
Raum 2	WS5 Medizinball		WS28 Medizinball	
Raum 3	WS6 smovey BEWEGUNGS-KURS®	WS18 smovey BEWEGUNGS-KURS®	WS29 Orientalischer Tanz	WS 39 Entspannung nach Jacobsen
Raum 4	WS 7 Vinyasa Flow Yoga	WS 19 Vinyasa Flow Yoga		
Raum 5	WS8 Floorball		WS30 Trommeln	WS40 Trommeln
Raum 6	WS9 Selbstverteidigung	WS20 Selbstverteidigung	WS31 Line dancing	WS41 Line dancing
Raum 7	WS10 Functional Training	WS21 Functional Training	WS32 Functional Training	WS42 Functional Training
Raum 8	WS11 Redondo Plus	WS22 Flexi-Bar	WS33 Redondo Plus	WS43 Thera-Band
Raum 9	WS12 Sitz-Gymnastik	WS23 Qigong		WS44 Qigong
Flur	WS13 Bogenschießen	WS24 Bogenschießen	WS34 Bogenschießen	WS45 Bogenschießen
Außenbereich			WS35 Skateboarding	WS46 Skateboarding

- Was sich hinter der Kursbezeichnung verbirgt und was Ihr mitbringen solltet, findet Ihr in einer kurzen Erklärung unter:

www.jahn-tv.de

unter den aktuellen Terminen

ANMELDUNG

Name:

Vorname:

Verein:

Straße:

PLZ/ Ort:

Telefon:

E-Mail:

Ich bin darüber informiert, dass der Veranstalter die im Rahmen der Veranstaltung entstandenen Bild- u. Videoaufnahmen für folgende Zwecke nutzt: Flyer, Chroniken, Internetseite, SocialMedia. Alle personenbezogenen Daten werden nach der Veranstaltung gelöscht. Teilnahmebeiträge werden nicht zurück erstattet.

Workshops

Ich melde mich für folgende Workshops an:

Uhrzeit **1. Wahl** **2.Wahl** **3.Wahl**

10:00-11:00

11:30 - 12:30

13:30 - 14:30

14:45 - 15:45

Kinderbetreuung ab 3 Jahren ☐ ja ☐ nein

Alter des Kindes:

Ich möchte in der Mittagspause

☐ **Essen A:** Nudelpfanne mit Gemüse

☐ **Essen B:** Schnitzel, Gemüse & Kartoffeln

Datum, Unterschrift: