



Unser Laufkurs – Mit uns laufen Sie richtig!

Sie möchten durch den optimalen Einstieg ins Lauftraining finden? Sie haben Spaß daran, in der Gruppe etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu tun?

Dann möchten wir Sie dazu einladen, an unserem Laufkurs unter professioneller Betreuung zweier Sportwissenschaftler teilzunehmen. In unserem Kurs geht es um die Verbesserung der Lauftechnik durch das Lauf-ABC, richtiges Stretching, effektive Übungen für die Rumpfkraft sowie sinnvolles und abwechslungsreiches Training nach der individuellen Herzfrequenz. Unser Laufkurs ist **für Einsteiger geeignet!**

- Kursbeginn:** Montag, 09.04.2018 um 18.00 Uhr
- Dauer:** 8 Termine, immer montags von 18.00 bis 19.00 Uhr vom 09.04.2018 bis zum 11.06.2018
- Treffpunkt:** Wir starten unsere Lauf-Einheiten am Bahnhof in Henfenfeld und laufen in flachem Gelände durch die Pegnitzwiesen
- Kursgebühr:** 110 Euro (Je nach Krankenkasse erhalten Sie nach Kursende bei regelmäßiger Teilnahme davon 75-100% zurück, Sie tragen also nur einen geringen Eigenanteil!)
- Kursleitung:** Johannes Egelseer / Matthias Dyker
(Diplom-Sportwissenschaftler)
- Anmeldung:** Per Post mit dem rückseitigen Formular an untenstehende Adresse, per E-Mail an info@sports-performance.de oder telefonisch unter 09151-8144514
- Ihr Ansprechpartner:** Sports Performance
Johannes Egelseer
Tel.: 09151-8144514

An
Sports Performance
In der Point 1
91239 Henfenfeld

ANMELDUNG ZUM
LAUFKURS „MIT UNS LAUFEN SIE RICHTIG“

(Beginn 09.04.2018)

Ich melde mich verbindlich zum Laufkurs „Mit uns laufen Sie richtig“ an.

Name, Vorname

E-Mail

Straße

PLZ Ort

Telefon / Mobil

Krankenkasse

Datum und Unterschrift des Teilnehmers

Teilnahmegebühr / Zahlungsbedingungen:

Die Teilnahmegebühr für diesen Kurs beträgt 110 Euro, die nach Erhalt einer Rechnung zu Kursbeginn innerhalb von 14 Tagen zu bezahlen ist. Bitte beachten Sie, dass im Krankheits- oder Verletzungsausfall von weniger als 75 % der Einheiten eine Minderung nicht möglich ist.

Unsere Kurse werden von den gesetzlichen Kassen bei regelmäßiger Teilnahme mit 75-100% der Kurskosten bezuschusst, für Sie bleibt also nur ein geringer Eigenanteil. Nähere Informationen erhalten Sie von Ihrer Krankenkasse.