ANMELDUNG

Für jede/n Teilnehmer/in eine Anmeldung
Hiermit möchte ich mich für folgende Kurse anmelden:
(Anmeldeschluss: 29.04.2022)

Kurs-Nr.	Kurs-Titel	Kursgebühr

☐ Vereinsmitglied ☐ Studiomitglied

Name / Vorname _____ Geb.- Datum _____

Straße _____ PLZ / Ort _____

Telefon _____ E-mail Adresse _____

Datum _____ Unterschrift _____

☐ **SEPA Lastschriftmandat** Ich ermächtige die Bielefelder Turngemeinde von 1848 e.V. **einmalig** eine Zahlung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Bielefelder Turngemeinde von 1848 e.V. auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Wenn das Konto nicht die erforderliche Deckung aufweist, besteht seitens des Kreditinstitut keine Verpflichtung zur Einlösung. Stornogebühren des Kreditinstituts für die Nichteinlösung einer Lastschrift (z.B. wegen Konto erloschen, Konto weist die erforderliche Deckung nicht aus), die von Ihnen zu vertreten sind, gehen zu Ihren Lasten. Gläubiger Identifikationsnummer DE 47 STU 000000120955

Kreditinstitut _____ **BIC** _____

IBAN: DE _____

Name des Kontoinhabers _____

Straße / Hausnummer _____ PLZ / Ort _____

DIESE SEPA-LASTSCHRIFT GILT FÜR DIE VEREINBARUNG MIT DER IN DER ANMELDUNG GENANNTEN PERSON.

Bielefeld, den _____ Datum _____ Unterschrift / Kontoinhaber

Anmeldebedingungen für unsere Sportkurse

Anmeldung:
Anmeldungen zu allen belehrenden Kursen können ausschließlich schriftlich mit dem Anmeldeformular erfolgen. Aus rechtlichen Gründen können nur vollständig ausgefüllte Anmeldungen akzeptiert werden. Sie erhalten keine gesonderte Anmeldebestätigung. Mit der Anmeldung für einen Kurs wird die Kursgebühr per Lastschriftverfahren fällig. Die Kursgebühr wird um den 22.06.2022 abgebucht. Nach Beendigung des Kurses ist keine gesonderte Kündigung notwendig.

Bei ausgefallenen Kurseinheiten:
Durch den Veranstalter verursachte ausgefallene Kurseinheiten werden in der Woche vom 20.06.2022 - 24.06.2022 nachgeholt. Sollte dies dem Veranstalter nicht möglich sein, wird die Kursgebühr entsprechend korrigiert.

Teilnehmerzahl:
Alle Kurse erfordern eine Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen. Falls diese Gruppengröße nicht erreicht wird, behält sich der Veranstalter eine Kursabsage vor. Die maximale Teilnehmerzahl pro Kurs, ist im Kursprogramm beschrieben. Falls ein Kurs überbelegt ist, erhalten Sie eine Nachricht. Es gilt die Reihenfolge beim Eingang der Anmeldung.

Gebührenerstattung:
Vor Lehrgangsbeginn: In begründeten Fällen können Sie noch vor Lehrgangsbeginn von der Teilnahme zurücktreten. Wir müssen jedoch eine Verwaltungsgebühr von 5,- € erheben.

Bei Erkrankung:
Kann der Kursteilnehmer aufgrund einer Erkrankung den Kurs nicht fortsetzen, kann gegen Vorlage eines ärztlichen Attestes der Kurs beendet werden. Wir berechnen dann jedoch die Gebühr für die bis dahin abgelaufene Stundenzahl und 20% Verwaltungsgebühr ein.

Bei Lehrgangsausfall:
Kommt ein Lehrgang nicht zustande, berechnen wir keine Gebühr. In allen anderen Fällen ist eine Gebührenerstattung nicht möglich.

Datenschutzerklärung zur Anmeldung:
Mit der Anmeldung erklärt sich der Anmeldende entsprechend der Datenschutzerklärung und den Vorgaben des Bundesdatenschutzgesetzes damit einverstanden, dass seine Daten mittels EDV unter Beachtung des Datenschutz-Gesetzes erhoben und verarbeitet werden, soweit es zur Erfüllung der durch den Veranstalter übernommenen Dienstleistungen oder des mit ihm geschlossenen Vertrages erforderlich ist. Nach Beendigung des Angebotes werden die Daten gelöscht.

Es gelten die jeweiligen Regeln der Coronaschutzverordnung des Landes NRW.

Bielefelder Turngemeinde von 1848 e.V.
Geschäftsstelle: Am Brodhagen 54, 33613 Bielefeld
Telefon: 0521/9867630 · Fax: 0521/9867632
e-mail: info@btg-bielefeld.de · Internet: www.btg-bielefeld.de
Gesundheits- und Fitnesszentrum:
Am Brodhagen 54, 33613 Bielefeld, Telefon 0521/9867631
Bildnachweis: (c) LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

KURSPROGRAMM 2022 | 2

aktiv

BTG 1848

Gesundheits- und Fitnesszentrum
der Bielefelder Turngemeinde von 1848 e.V.

MONTAG

14/2022 „Körper-Fit“ – Studiokurs -
Kraft, Geschmeidigkeit sowie mehr Vitalität und Wohlbefinden für Körper und Seele. Die Kombination aus allgemeiner Fitness, Herz-Kreislauf-Training, und Wirbelsäulengymnastik verleiht dem Körper, unabhängig vom Alter und der körperlichen Leistungsfähigkeit, mehr innere Balance und Beweglichkeit.
Max. 8 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit:	Montag, 16.00 – 16.45 Uhr
Beginn:	25. April bis 13. Juni
Dauer:	7 Einheiten
Kursgebühr:	42,- € Nichtmitglieder / 35,- € Vereinsmitglieder
Ort:	Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung:	Johanna Häuser

15/2022 „Bauch, Beine & Po“ – Studiokurs –
Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit:	Montag 17.00 – 17.45 Uhr
Beginn:	25. April bis 13. Juni
Dauer:	7 Einheiten
Kursgebühr:	42,- € Nichtmitglieder / 35,- € Vereinsmitglieder
Ort:	Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung:	Monja Klein

16/2022 „Freelatics“ – Studiokurs -
Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder

Zeit:	Montag, 18.10 – 18.55 Uhr
Beginn:	25. April bis 13. Juni
Dauer:	7 Einheiten
Kursgebühr:	42,- € Nichtmitglieder / 35,- € Vereinsmitglieder
Ort:	Sporthalle BTG-Sportzentrum
Leitung:	Monja Klein

17/2022 „Body-Fit“ – Studiokurs -
Ein toller, sportlicher Abend mit fetziger Musik, leichten Aerobic Schritten und abwechslungsreicher Gymnastik. Dabei steht eine intensive Kräftigung zur Straffung des Körpers und Stärkung der Muskulatur im Zentrum der Stunde. Zum Ausklang der Stunden gibt es ein Cool Down.
Max. 5 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder

Zeit:	Montag, 19.00 – 19.45 Uhr
Beginn:	25. April bis 13. Juni
Dauer:	7 Einheiten
Kursgebühr:	42,- € Nichtmitglieder / 35,- € Vereinsmitglieder
Ort:	Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung:	Daniela Kaps

18/2022 „man's power – power for men & women“ – Studiokurs -
Eine abwechslungsreiche Mischung verschiedener Fitnessarten für alle Damen und Herren.
Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder

Zeit:	Montag, 20.30 – 21.30 Uhr
Beginn:	25. April bis 13. Juni
Dauer:	7 Einheiten
Kursgebühr:	42,- € Nichtmitglieder / 35,- € Vereinsmitglieder
Ort:	Sporthalle BTG-Sportzentrum
Leitung:	Andreas Ebeling-Engelking

DIENSTAG

19/2022 „Well & Fit“ Präventive Funktionsgymnastik
Auch etwas ruhiger kann man gesund und effektiv ins Schwitzen kommen. Gelenkschonendes Herzkreislauftraining, Straffung der Figur, aktives Rückentraining – dieser Kurs leistet sich von allem etwas. Ruhiges Stretchen und Entspannen komplettiert dieses Rundum-Fitnessprogramm mit Musik. Auch für Fitness-Einsteiger/Innen geeignet.
Max. 20 Teilnehmer

Zeit:	Dienstag, 18.15 – 19.00 Uhr
Beginn:	26. April bis 14. Juni
Dauer:	8 Einheiten
Kursgebühr:	48,- € Nichtmitglieder / 40,- € BTG-Mitglieder
Ort:	Sporthalle BTG-Sportzentrum
Leitung:	Jutta Pook

20/2022 „Aqua Aerobic I“
Ein intensives und gleichzeitig gelenkschonendes Training bei Musik im Wasser, zur Steigerung der allgemeinen Leistungsfähigkeit.
Maximal 16 Teilnehmer

Zeit:	Dienstag, 19.00 – 19.45 Uhr
Beginn:	26. April bis 14. Juni
Dauer:	8 Einheiten
Kursgebühr:	60,- €
Ort:	Schulschwimmbad „Stapenhorststraße“ In den neuen Almsporthallen
Leitung:	Gudula Ebeling

21/2022 „Aqua Aerobic II“
Maximal 16 Teilnehmer

Zeit:	Dienstag, 20.00 – 20.45 Uhr
Beginn:	26. April bis 14. Juni
Dauer:	8 Einheiten
Kursgebühr:	60,- €
Ort:	Schulschwimmbad „Stapenhorststraße“ In den neuen Almsporthallen
Leitung:	Gudula Ebeling

MITTWOCH

22/2022 „Der aktive Rücken - präventive Wirbelsäulengymnastik“ – Studiokurs - Fitness contra Rückenschmerzen. Die Zivilisationskrankheit „Rückenschmerzen“ soll schon im Vorfeld durch gezielte Gymnastik und ausgesuchte Übungen aktiv bekämpft und so die Trag- und Bewegungsfunktion der Wirbelsäule stabilisiert werden.
Max. 6 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder

Zeit:	Mittwoch, 18.00 – 18.45 Uhr
Beginn:	27. April bis 15. Juni
Dauer:	8 Einheiten
Kursgebühr:	48,- € Nichtmitglieder / 40,- € Vereinsmitglieder
Ort:	Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung:	Johanna Häuser

DONNERSTAG

23/2022 „Funktionelles Zirkeltraining“ – Studiokurs -
Zirkeltraining ist „In“. Das Konzept des funktionellen Zirkeltrainings basiert auf dem aktuellsten Stand der Wissenschaft und vereint funktionelle Kräftigungsübungen, Core-Training und sensomotorisches Training in verschiedenen Zirkeln. Der Zirkel ist in ein Gesamtstundenbild mit Aufwärmen, Kräftigung, Lockerung, Dehnung etc. eingebunden und kombiniert so Spaß und ein effektives Training.
Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder

Zeit:	Donnerstag, 17.00 – 17.45 Uhr
Beginn:	28. April bis 16. Juni
Dauer:	6 Einheiten
Kursgebühr:	36,- € Nichtmitglieder / 30,- € Vereinsmitglieder
Ort:	Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung:	Jutta Pook

24/2022 „Fit is Fun“ – Studiokurs -
Dieser Kurs bietet unter Einbezug verschiedener Kleingeräte, ein abwechslungsreiches Fitnessprogramm mit den wechselnden Schwerpunkten: Kräftigung, Ausdauer, Koordination und Dehnung - die Mischung macht es.
Max. 8 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder

Zeit:	Donnerstag, 19.00 – 19.45 Uhr
Beginn:	28. April bis 16. Juni
Dauer:	6 Einheiten
Kursgebühr:	36,- € Nichtmitglieder / 30,- € Vereinsmitglieder
Ort:	Sporthalle BTG-Sportzentrum
Leitung:	Jutta Pook

25/2022 „Zumba“ – Studiokurs -
Fetzige Rhythmen, dynamische Choreographien, ein Ausdauertraining für Sie und Ihn.
Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder

Zeit:	Donnerstag, 19.00 – 19.45 Uhr
Beginn:	28. April bis 16. Juni
Dauer:	6 Einheiten
Kursgebühr:	36,- € Nichtmitglieder / 30,- € Vereinsmitglieder
Ort:	Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung:	Stefanie Strunk

26/2022 „Aqua-Fitness“ – Studiokurs -
Für alle, die eine intensive Wassergymnastik wollen. Das Medium „Wasser“ bietet eine ideale Voraussetzung für ein intensives Herz-Kreislauf-Training und eine schonende Kräftigung aller Muskelgruppen.

Max. 8 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.
Maximal 8 Studiomitglieder mit Anmeldung

Zeit:	Donnerstag, 19.45 – 20.30 Uhr
Beginn:	28. April bis 16. Juni
Dauer:	6 Einheiten
Kursgebühr:	45,- €
Ort:	Schulschwimmbad „Plaßschule“
Leitung:	Kathrin Riepe