

ANMELDUNG

Für jede/n Teilnehmer/in eine Anmeldung

Hiermit möchte ich mich für folgende Kurse anmelden:

Anmeldeschluss: 18.08.2023

(Die Gebühr wird um den 07.12.2023 abgebucht.)

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 Kreditinstituts 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

_____	BIC
Kreditinstitut	

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 Sportkursen 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 07.12.2023 abgebucht, um aufgrund von Absagen durch den Veranstalter die veranschlagte Kursgebühr zu korrigieren. Nach Beendigung des Kurses ist keine gesonderte Kündigung notwendig.

Bei ausgefallenen Kurseinheiten:

Durch den Veranstalter verursachte ausgefallene Kurseinheiten werden in den Wochen vom 11.12.2023 - 22.12.2023 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. In diesem Fall wird eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 5,- € erhoben. Ist es Ihnen, aufgrund einer Erkrankung, nicht möglich den Kurs fortzusetzen, benötigen wir für das vorzeitige Ausscheiden ein ärztliches Attest. Berechnet werden Ihnen die bis dahin absolvierten Stunden zzgl. 20% Verwaltungsgebühr. 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 Datenschutzgesetzes 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 Corona-Schutzverordnung des Landes NRW.

In allen nicht ausgebuchten Kursen gilt die erste Stunde - 07.08. bis 11.08. - als Schnupperstunde.

Bielefelder Turngemeinde von 1848 e.V.

Geschäftsstelle: Am Brodhagen 54, 33613 Bielefeld

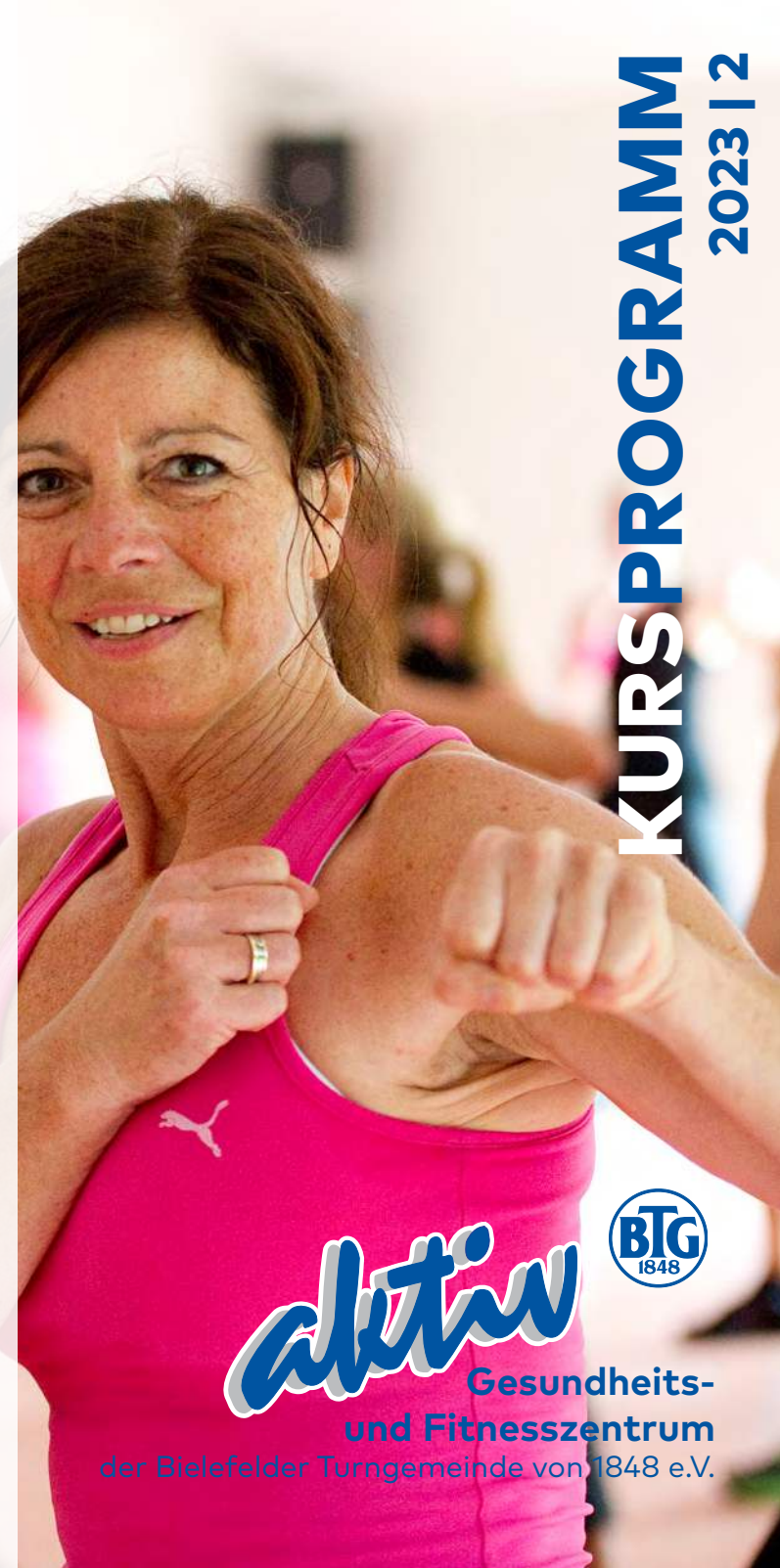
Telefon: 0521/9867630 · Fax: 0521/9867632

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
2023 | 2

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



MONTAG

16/2023 „Körper-Fit“ – Studiokurs -

Kraft, Geschmeidigkeit sowie mehr Vitalität und Wohlbefinden für Körper und Seele.

Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit: Montag, 16.00 – 16.45 Uhr
Beginn: 07. August bis 04. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung: Marlene Alker

17/2023 „Bauch, Beine & Po“ – Studiokurs –

Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit: Montag 17.00 - 17.45 Uhr
Beginn: 07. August bis 04. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung: Monja Klein

18/2023 „Dance Fitness“ – Studiokurs –

Tanz-Workout kombiniert mit kalorienverbrennendem Intervalltraining. Lass dich von rhythmischer Musik zu intensiven Bewegungen mitreißen - Tanz dich fit und glücklich!

Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit: Montag, 18.10 – 18.55 Uhr
Beginn: 07. August bis 04. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Sporthalle BTG-Sportzentrum
Leitung: Monja Klein

19/2023 „Body-Fit“ – Studiokurs -

Intensive Kräftigung zur Straffung des Körpers und Stärkung der Muskulatur stehen im Zentrum der Stunde. Gib deiner Figur, was sie braucht!

Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit: Montag, 19.00 – 19.45 Uhr
Beginn: 07. August bis 04. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung: Daniela Kaps

20/2023 „man's power – power for men and 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: 07. August bis 04. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Sporthalle BTG-Sportzentrum
Leitung: Andreas Ebeling-Engelking

DIENSTAG

21/2023 „Well & Fit“ Präventive Funktionsgymnastik

Gelenkschonendes Herzkreislauftraining, Straffung der Figur, aktives Rückentraining – dieser Kurs leistet sich von allem etwas.

Max. 20 Teilnehmer.

Zeit: Dienstag, 18.10 – 18.55 Uhr
Beginn: 08. August bis 05. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Sporthalle BTG-Sportzentrum
Leitung: Jutta Pook

22/2023 „Aqua Aerobic I“

Ein intensives und gleichzeitig gelenkschonendes Training bei Musik im Wasser, zur Steigerung der allgemeinen Leistungsfähigkeit.

Maximal 18 Teilnehmer.

Zeit: Dienstag, 18.45 – 19.30 Uhr
Beginn: 08. August bis 05. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 128,- €
Ort: Schulschwimmbad „Stapenhorststraße“
In den neuen Almsporthallen
Leitung: Gudula Ebeling

23/2023 „Aqua Aerobic II“

Maximal 18 Teilnehmer.

Zeit: Dienstag, 19.45 – 20.30 Uhr
Beginn: 08. August bis 05. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 128,- €
Ort: Schulschwimmbad „Stapenhorststraße“
In den neuen Almsporthallen
Leitung: Gudula Ebeling

MITTWOCH

24/2023 „Der aktive Rücken - präventive Wirbelsäulengymnastik“ – Studiokurs -

Fitness contra Rückenschmerzen. Durch gezielte Kräftigungs-, Dehnungs- und Mobilisationsübungen wird Verspannungen und Rückenschmerzen vorgebeugt.

Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit: Mittwoch, 18.00 – 18.45 Uhr
Beginn: 09. August bis 06. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung: Johanna Häuser

DONNERSTAG

25/2023 „Pilates“ – Studiokurs -

Erleben Sie ein neues Körpergefühl mit einer festen Körpermitte bei einem intensiven Ganzkörpertraining – alles im Einklang mit Ihrem Atem!

Max. 8 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit: Donnerstag, 17.00 – 17.45 Uhr

Beginn: 10. August bis 07. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung: Marlene Alker

26/2023 „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. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit: Donnerstag, 19.00 – 19.45 Uhr
Beginn: 10. August bis 07. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Sporthalle BTG-Sportzentrum
Leitung: Jutta Pook

27/2023 „Zumba“ – Studiokurs -

Fetzige Rhythmen, dynamische Choreographien, ein Ausdauertraining für Sie und Ihn.

Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit: Donnerstag, 19.15 – 20.00 Uhr
Beginn: 10. August bis 07. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung: Stefanie Strunk

28/2023 „Aqua-Fitness“ – Studiokurs -

Für alle, die eine intensive Wassergymnastik wollen. Das Medium „Wasser“ bietet eine ideale Voraussetzung für ein intensives Herzkreislauf-Training und eine schonende Kräftigung aller Muskelgruppen.

Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Max. 10 Vereins-/Studiomitglieder.

Zeit: Donnerstag, 19.00 – 19.45 Uhr
Beginn: 10. August bis 07. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 128,- € Nichtmitglieder
112,- € Vereinsmitglieder | 27,- € Studiomitglieder
Ort: Schulschwimmbad „Platzschule“
Leitung: Kathrin Riepe

FREITAG

29/2023 „Deep Work“ – Studiokurs -

Ein funktionelles Herz-Kreislauf-Ganzkörpertraining basierend auf der Polarisation Yin und Yang. Jede Bewegung enthält eine Spannungs- und Entspannungsphase, wodurch es zu einer Harmonisierung der Gegensätze kommt.

Max. 10 Nichtstudiomitglieder. Kostenfrei für Studiomitglieder.

Zeit: Freitag, 18.00 – 18.45 Uhr
Beginn: 10. August bis 07. Dezember
Dauer: 16 Einheiten
Kursgebühr 105,- € Nichtmitglieder / 85,- € Vereinsmitglieder
Ort: Gymnastikraum aktiv-Studio
Leitung: Patricia Stoll