

EINLADUNG zur Ausbildung „Richtig Fit mit Gymstick“

GYMSTICK™ ist ein einfaches, effektives und langlebiges Trainingsgerät. Das Training ist optimal dosierbar. Mit Gymstick ist es gelungen, ein Ganzkörper-Fitnessgerät zu entwickeln, dass sich ungeachtet des Alters und der körperlichen Voraussetzungen einsetzen lässt. Die Einsatzmöglichkeiten sind deshalb sehr vielfältig.

Termin

19./20. Juni 2010

Beginn Samstag 09:00 Uhr

Ende Sonntag ca. 17:00 Uhr

Ort

Universitätssportinstitut (USI)

Universitätsstrasse 63

9020 Klagenfurt



Zielgruppe

KursleiterInnen in ASVÖ Vereinen, LehrwartInnen, TrainerInnen, SportwissenschaftlerInnen, PädagogInnen,

Inhalte

Der Gymstick trainiert alle großen Muskelgruppen ebenso wie die kleinen, gelenksnahen Muskeln, die vor allem für die Stabilität der Gelenke und die Balance wichtig sind. In der Praxis wird neben der Kraftausdauer und der Ganzkörperstabilisation ebenfalls Augenmerk auf die Fettverbrennung, verbesserte Koordination und Gleichgewichtsschulung gelegt.

Trainerin

Mag. Katrin Zunkovic

www.kinesiologi.com

Teilnehmerzahl

maximal 15 Personen

Zertifikat

Die TeilnehmerInnen erhalten nach Abschluss der Ausbildung das ASVÖ ÜbungsleiterInnen Zertifikat „Richtig Fit mit Gymstick“.

Kosten

- € 40,- für Mitglieder eines ASVÖ Vereines
- € 50,- inkl. Nächtigung und Frühstück
- € 120,- für Nichtmitglieder eines ASVÖ Vereins

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 das ASVÖ Konto
Nr.: 00617 590 500 BLZ: 12000 BANK AUSTRIA
mit dem Verwendungszweck „Richtig Fit mit Gymstick – Kärnten 2010“ überwiesen werden.
Bei einer Abmeldung vom Kurs ab einer Woche vor Kursbeginn fallen 100 % Stornokosten an.

Anmeldung

Anmeldung bitte bis spätestens 23. Oktober 2010 per e-mail, Fax oder Post an den ASVÖ Kärnten senden. Bei Bedarf einer Unterkunft bitte unbedingt 2-3 Wochen vorher anmelden!
Wir bitten um Verständnis, dass der Kursplatz erst bei Eingang der Kursgebühr gesichert ist!

Informationen

Mag. Mag.(FH) Katrin Pitteroff
"Fit für Österreich" –Koordinatorin
ASVÖ Kärnten
Schleppe Platz 5/2/3, 9020 Klagenfurt
E: k.pitteroff@fitfueroesterreich.at
W: www.asvoe-kaernten.at , www.fitfueroesterreich.at

T: 0463/51 41 46-1
F: 0463/51 41 46-5
M: 0664/284 84 02

ANMELDEFORMULAR zur Ausbildung
„Richtig Fit mit Gymstick“

Termin: 19. /20. Juni 2010

Bitte umgehend an den ASVÖ Kärnten
Schleppe Platz 5/2/3, 9020 Klagenfurt
T: 0664 / 284 84 02
F: 0463 / 51 41 46-5
e-mail: k.pitteroff@fitfuerosterreich.at
per Fax, e-mail oder Post übermitteln!

Name _____

Verein _____

Adresse _____

Geburtsdatum _____

Tel. Nr. / E-Mail _____

Ich benötige Quartier von _____ bis _____

Ich melde mich hiermit verbindlich zur Ausbildung an. Bei Abmeldung vom Kurs ab einer Woche vor Kursbeginn fallen 100% Stornokosten an. Die Kurskosten sind bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn auf unser Konto Nr.: 00617 590 500; BLZ: 12000; Bank Austria mit dem Verwendungszweck „Richtig Fit mit Gymstick – Kärnten 2010“ zu überwiesen.

Datum

Unterschrift