

# ANMELDUNG zum FrauenSportTag 2025

**30. März 2025 in Harlingerode** - Anmeldefrist bis spätestens 21.03.2025

Name: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

eMail: \_\_\_\_\_



Die Anmeldegebühr in Höhe von 10Euro bitte bis 21.03.2025 überweisen:

MTV Brunonia Harlingerode - IBAN: DE07 2505 0000 0023 4479 72 - Betreff: Frauensporttag

Mitglied im Verein:    0 ja    0 nein

**TREFFPUNKT am 30.03.2025 um 10 Uhr im Freizeitzentrum Harlingerode**

Gemeinsamer Abschluss um 15 Uhr im Freizeitzentrum mit Kaffee, Sekt und Kuchen

Bitte für jede Stunde **ZWEI Kurse** auswählen. Da es teilweise begrenzte Plätze gibt, kann es sein, dass der gewünschte Kurs bereits ausgebucht ist.    1 = möchte ich vorrangig machen.    2 = Alternative

Stunde 1	Stunde 2	Stunde 3	Stunde 4
10:30 - 11:15	11:45 - 12:30	13:00 - 13:45	14:15 - 15:00
Kangoo Jumps Tabata <input type="checkbox"/>	Kangoo Jumps Power <input type="checkbox"/>	Kangoo Jumps Tabata <input type="checkbox"/>	Kangoo Jumps Power <input type="checkbox"/>
Jumping meets Shadowboxer <input type="checkbox"/>	Jumping Fitness <input type="checkbox"/>	Jumping Health <input type="checkbox"/>	Jumping CrossFit <input type="checkbox"/>
OutddorFitness <input type="checkbox"/>	Ernährungsberatung nach TCM <input type="checkbox"/>	Outdoor Fitness <input type="checkbox"/>	Ernährungsberatung nach TCM <input type="checkbox"/>
Faszientraining <input type="checkbox"/>	Pilates <input type="checkbox"/>	Faszientraining <input type="checkbox"/>	Pilates <input type="checkbox"/>
SeniorFit <input type="checkbox"/>	BBP <input type="checkbox"/>	Step Aerobic <input type="checkbox"/>	BBP <input type="checkbox"/>

Anmeldungen KangoJumps: sind eigene Schuhe vorhanden?    0 Ja    0 Nein

Wenn keine eigenen Schuhe vorhanden sind, benötigen wir die Schuhgröße und das Gewicht (diese Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt)    Schuhgröße: \_\_\_\_\_    Gewicht: \_\_\_\_\_ kg

Für Werbezwecke werden an dem Tag Fotos gemacht. Diese werden u.a. auf der Homepage veröffentlicht.

Teilnahmebescheinigungen werden nach der 4. Stunde ausgehändigt.

Während der gesamten Zeit werden Getränke und kleine Snacks (Obst, Gemüse, Müsliriegel, Brezeln,...) im Freizeitzentrum, im Funktionsraum und in der Grundschule zu Verfügung gestellt. Bitte daher morgens gut und ausgewogen frühstücken. Wir empfehlen ca. 2 Stunden vorher nichts „schweres“ mehr zu essen.

Anmeldung bitte abgeben bei: Anika Krampitz, Burgweg 10, 38690 Goslar

[Anika.Krampitz@mtv-harlingerode.de](mailto:Anika.Krampitz@mtv-harlingerode.de) - per WhatsApp: 0172 21 78 643

Hast du noch Fragen? Meld dich gerne.

