

50Plus – na und?!

Endlich ist es wieder soweit!

Am 6. Juni 2015 findet in Langenhagen wieder unser 50Plus Aktiv Tag statt! Dieses Angebot richtet sich an alle ab 50 in der Region Hannover, die sich fit fühlen, wieder fit fühlen möchten oder auch einfach mal wieder etwas Neues entdecken wollen.

Der Ausschuss Sport und Events hat für Sie wieder eine bunte Mischung im Angebot. Dieser Tag bietet Ihnen die günstige Gelegenheit verschiedenste Bewegungs- und Sportarten in Kursen auszuprobieren und näher kennenzulernen. Testen Sie doch einmal die Kombinationssportart Sommerbiathlon, erfahren Sie welche Bewegungen sich hinter den Begriffen Smovey® und Aroha® verbergen oder nutzen Sie die Möglichkeit mal wieder das Speerwerfen zu üben oder endlich einmal auszuprobieren.

Der 50Plus Aktiv Tag findet von 9:00 – 15:30 Uhr statt. Die Teilnahmegebühr beträgt inkl. Getränke und Mittagessen 15,- €.

Vor Kursbeginn wird es einen kurzen Vortrag zum Thema "Sport im Alter" geben.

Während der Pausen und nach den Kursen können Informationen u.a. über Sport- und Freizeitaktivitäten bei verschiedenen lokalen Anbietern vor Ort gesammelt und ausgetauscht werden.

Jede/r Teilnehmer/in wählt für sich 3 der 15 Angebote aus und erhält am Tag der Veranstaltung bei der Anmeldung einen persönlichen Laufzettel.

Vereinszugehörigkeit ist nicht erforderlich!

Anmelden können Sie sich bis zum 6. Mai 2015 über den rückseitigen Anmeldebogen sowie über unsere Homepage (Kontaktdaten siehe unten). Hier finden Sie auch alle Sportarten noch einmal näher erläutert. Bei Fragen können Sie sich auch gerne an unsere Geschäftsstelle in der Maschstraße wenden.

Der 50Plus Aktiv Tag ist ein Projekt des LandesSportBundes Niedersachsen, das vom Regionssportbund Hannover mit Unterstützung des Sport Club Langenhagen und weiteren Kooperationspartnern durchgeführt wird.



50Plus Aktiv Tag

Kooperationspartner

6. Juni 2015
Langenhagen



Seniorenbeirat
Langenhagen



Regionssportbund Hannover e.V.
Maschstraße 20 • 30169 Hannover

☎ (0511) 800 79 78-0

✉ info@rsbhannover.de

www.rsbhannover.de

RSB | Veranstaltungen

Sportstätte des Sport Clubs Langenhagen e.V.
Leibnizstraße 50 • 30853 Langenhagen

Mehr Infos unter:
www.rsbhannover.de



Kopiervorlage

**Anmeldung zu den Workshops
50Plus Aktiv Tag
6. Juni 2015**

Anmeldeschluss: 6. Mai 2015 Abmeldefrist: 11. Mai 2015

**50Plus
Aktiv
Tag**

bitte senden an den Regionssportbund Hannover e.V., Maschstraße 20, 30169 Hannover
Fax: (0511) 800 79 78-81 E-Mail: info@rsbhannover.de

Kreuzen Sie aus dem folgenden Angebot 3 Kurse Ihrer Wahl an:

- | | | | |
|---|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Smovey ® | <input type="checkbox"/> E-Bike | <input type="checkbox"/> Speerwerfen | <input type="checkbox"/> Entspannung mit Klangschalen |
| <input type="checkbox"/> Qi Gong | <input type="checkbox"/> Line-Dance | <input type="checkbox"/> Koordinationsschulung | <input type="checkbox"/> Kubk, Mølky und Crossboccia |
| <input type="checkbox"/> Lachyoga | <input type="checkbox"/> Aroha ® | <input type="checkbox"/> Fitness-Tubes-Workout | <input type="checkbox"/> Koordinations- und Gehirntraining mit dem Fit-Ball |
| <input type="checkbox"/> Sommerbiathlon | <input type="checkbox"/> Faszienrotation | <input type="checkbox"/> Dehnen & Entspannen | |

Ausweichmöglichkeit:

Bitte beachten: Die Kontoverbindung ist Teilnahmevoraussetzung!

Mit der Unterschrift* erteilen Sie dem RSB eine einmalige Einzugsermächtigung über Ihr Konto
für die Teilnahmegebühr von 15,- €. Diese wird 7 Tage vor der Veranstaltung per Lastschrift eingezogen.
Bei einer Abmeldung nach dem 11. Mai 2015 (Abmeldefrist) fallen Stornogebühren in Höhe von 15,- € an.

Name:	Vorname:	<input type="checkbox"/> Frau	<input type="checkbox"/> Mann
Straße, Nr.:		PLZ, Wohnort:	
Geburtsdatum:		Verein:	
Telefon (tagsüber):		E-Mail:	
Bank:	BIC:	IBAN:DE	Kontoinhaber:

Sie erklären sich als Teilnehmer/in damit einverstanden, dass Ihre Anmelde-daten für die Teilnehmer- und Adressverwaltung gespeichert und verwendet werden. Wir weisen darauf hin, dass während der Veranstaltung Fotos gemacht werden, die im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit des RSB Hannover Verwendung finden.

.....
Ort

.....
Datum

.....
*Unterschrift (Vor- und Zuname)