

Aquafitness

- Aqua - ist lässig & macht Spass
- Aqua - macht fit und zwäg
- Aqua - ganzheitliches Training
- Aqua - für Jung und Alt



Nutzen Sie die positive Kraft des Wassers durch ein sanftes, effektives und abwechslungsreiches Aqua-Training. Die Bandbreite unseres Angebotes reicht von Gymnastik bis Hanteltraining. Dieses Bewegungskonzept ist vielseitig, gesund und macht vor allem in der Gruppe viel Spass. Durch die positiven Eigenschaften des Wassers, wie zum Beispiel den Auftrieb, wird Ihr Körper leichter und somit der Bewegungsapparat entlastet. Durch den Wasserwiderstand werden Ihre Muskeln auf sanfte Weise effektiv trainiert. Das Aqua-Training garantiert die Kräftigung des gesamten Bewegungsapparates, es ist von jedem Teilnehmer leicht zu erlernen und durchzuführen. Selbst ein schwerer Körper genießt neue Bewegungserlebnisse.

Die Verletzungsgefahr ist gering, ruckartige Bewegungen sind ausgeschlossen. Dieses Training lässt sogar „Herzen höher schlagen“. Es trainiert Ihr Herz-Kreislauf-System und fördert die Durchblutung.

***Zögern Sie nicht, die positiven Wirkungen an Ihrem eigenen Körper zu spüren!
Einstieg jederzeit möglich!
Einzellektionen zum Schnuppern können auch belegt werden (Fr. 20.00)***

Datum:	24. August bis 21. Dezember 2016 (exkl. Herbstferien)	
Wann/Dauer:	jeweils am Mittwoch von 18.00 - 19.00 Uhr	
Wo:	Schwimmanlage Buhn, Höhenring 34, Zürich-Seebach (Tram 14 bis Höhenring)	
Kursleitung:	Martina Rebekka Hertig, Wellness- und Aquagymtrainerin, Erwachsenensportleiterin	
Organisator:	SGSV-FSSS (Schweiz. Gehörlosen Sportverband)	
Kurskosten:	„nicht“ SGSV-FSSS Mitglied	sFr. 290.00
	SGSV-FSSS Mitglied	sFr. 210.00
	SGSV-FSSS Kaderathleten	sFr. 120.00
Teilnehmeranzahl:	mind. 10 Personen	
Anmeldung:	bis 29. Juli 2016 (Einstieg ist jederzeit möglich!) direkt bei: Schweiz. Gehörlosen Sportverband, Geschäftsstelle, Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich Fax: 044/312.13.58 oder E-Mail: info@sgsv-fsss.ch	

Anmeldeformular

Das korrekte und vollständige Ausfüllen des Anmeldeformulars wird vorausgesetzt. Für Folgen falscher oder unvollständiger Angaben übernimmt der SGSV-FSSS keine Verantwortung. Das unterzeichnete Anmeldeformular gilt als rechtsverbindliche Anmeldung.

Vorname

Nachname

Strasse

PLZ/Ort

Geburtsdatum

Natelnummer

E-Mailadresse

AHV-Nummer (bitte eintragen!)

- „nicht“ SGSV-FSSS Mitglied
 SGSV-FSSS Mitglied
 MDI-Athleten

- Menschen mit Hörbehinderung
 hörend

Datum

Unterschrift

Allgemeine Bedingungen

Anmeldung

Das korrekte und vollständige Ausfüllen des Anmeldeformulars wird vorausgesetzt. Für Folgen falscher oder unvollständiger Angaben übernimmt der SGSV-FSSS keine Verantwortung. Das unterzeichnete Anmeldeformular gilt als rechtsverbindliche Anmeldung. Wird aus irgendwelchen Gründen auf die Teilnahme verzichtet, muss dies dem Schweiz. Gehörlosen Sportverband (SGSV-FSSS) so rasch als möglich schriftlich mitgeteilt werden. Persönliche Daten des Kunden werden stets vertraulich behandelt.

Kurskosten

Die Preise sind im jeweiligen Detailprogramm festgelegt. Wird die im Programm genannte erforderliche Teilnehmeranzahl nicht erreicht, kann der SGSV-FSSS den Anlass annullieren oder mit einer kleineren Teilnehmerzahl durchführen. Wird der Anlass mit einer kleineren Teilnehmeranzahl durchgeführt, muss mit Mehrkosten gerechnet werden, welche durch die verbleibenden Teilnehmer zu tragen sind.

Zahlungskonditionen

Nach der Anmeldeschluss wird innert 14 Tagen eine Rechnung gestellt. Das Kursgeld hat vor Kursbeginns bei SGSV-FSSS einzutreffen.

Annullierung

Wird der Rücktritt später als 3 Wochen vor Kursbeginn bekannt gegeben, wird ein Kostenbeitrag von 50%, später als eine Woche vor Kursbeginn einen solche von 80% Kurskosten belastet. Unentschuldigtes Nichterscheinen wird mit 100% verrechnet. Eine vollständige Rückzahlung des Kursbeitrages **erfolgt nur** bei unfall- oder krankheitsbedingter Abmeldung und unter Einreichung eines Arzteugnisses. Nicht bei Ferienabwesenheit!

Versicherung

Die Teilnehmer sind verantwortlich für: Krankenkasse, Unfall-, Diebstahl- oder Haftpflichtversicherung. Für allfällige Schäden lehnt der SGSV-FSSS jegliche Haftung ab.