

Turn- und Spielverein Hartenholm von 1913 e.V.



Anmeldung zur Teilnahme „Fit mit Baby“

Unter Anerkennung der umseitig genannten Teilnahmebedingungen melde ich mich hiermit verbindlich für den nächsten „Fit mit Baby“ Kurs an:

Name: _____

Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Name des Babys: _____

Geb.Datum d. Babys: _____

Straße/Hausnummer: _____

PLZ/Wohnort: _____

Telefonnummer: _____

Emailadresse: _____

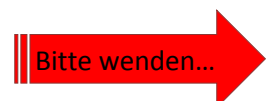
Ich bin bereits Mitglied im TuS Sparte: _____

Ich bin noch kein Mitglied, möchte aber eintreten **-ausgefüllter Mitgliedsantrag liegt bei-**

Kurs am: **Donnerstag** Trainingszeit: **10.00 bis 11.00 Uhr**

Ort, Datum

Unterschrift
Bei elektronischem Versand auch ohne Unterschrift gültig





Teilnahmebedingungen:

„Fit mit Baby“ ist ein Angebot für junge Mütter: Du wirst rundum fit und dein Baby genießt dabei ganz deine Nähe.









Inhalte der Trainingsstunde sind Schritte aus dem Aerobicbereich (ohne Sprünge), Tanzelemente und gezielte Kraftübungen der Beine, der Arme, des Bauches, des Rückens und des Beckenbodens.

Während des Trainings trägst du dein Baby in einer Trage gut gestützt vor deinem Bauch – größere Babys können auch auf dem Rücken getragen werden. Falls du dir unsicher bist, welche Trage die beste für dich und dein Baby ist, solltest du vor dem Kurs eine Trageberatung besuchen.

Sobald du den Rückbildungskurs absolviert hast, bist du bei „Fit mit Baby“ herzlich willkommen!

Um an „Fit mit Baby“ teilnehmen zu können, müssen du und dein Baby Mitglied des TuS Hartenholm werden. Dadurch kannst du auch andere Angebote des Vereins wahrnehmen.

Du benötigst für „Fit mit Baby“

-  bequeme Sportsachen für dich (du kannst barfuß oder mit Hallenschuhen teilnehmen)
-  dein Baby trägt während der Stunde einen Body und eine Strumpfhose
-  ausreichend Trinken
-  eine Decke für dein Baby
-  ein Handtuch für dich
-  eine Stoffwindel, die du zwischen dich und dein Baby legen kannst, wenn du es in der Trage hast
-  eine Trage
-  Wechselkleidung für dich und dein Baby nach dem Sport

Haftung

Die Teilnahme an „Fit mit Baby“ erfolgt auf eigene Gefahr. Schadensersatzansprüche jeglicher Art sind ausgeschlossen.

Die Aerobictrainerin, Frederike Petersen-Lund, übernimmt keine Haftung für abhanden gekommene Gegenstände, sowie für Unfälle jeglicher Art vor, während und nach der Veranstaltung gegenüber Kursteilnehmern (inkl. Babys) und Dritten.

Die Bedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und erkenne sie durch meine Unterschrift an.

Ort, Datum

Unterschrift

Bei elektronischem Versand auch ohne Unterschrift gültig

Turn- und Spielverein Hartenholm von 1913 e.V.

