

Impressum

Herausgeber

Essener Sportbund e.V.

Planckstr. 42 · 45147 Essen

Tel. 0201 81 46 0 · Fax 0201 81 46 119

info@essener-sportbund.de

www.essener-sportbund.de

Redaktion

Essener Sportbund e.V.

Bildquellen:

© LSB NRW / Andrea Bowinkelmann (Titelseite)

© LSB NRW / Mark Hermenau (Rückseite)

Grafik: Angelika Schlüter

Im Rahmen des Programms „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



espo
ESSENER SPORTBUND e.V.

Bewegt & GESUND im Wasser



12.07.2022

Aktionstag
im
Nord-Ost-Bad

Aktionstag

„Bewegt GESUND bleiben im Wasser“

Sanfte mühelose Bewegungen im Wasser und gleichzeitig effektives Kraft- und Ausdauertraining ohne Ihren Körper dabei übermäßig zu belasten? Das geht!

Sport und Bewegung im Wasser machen daher nicht einfach nur Spaß, Sie können aktiv mit Kursen wie Aquafitness oder Aquajogging an Ihrer Gesundheit und Ihrem Wohlbefinden arbeiten.

Wir laden Sie daher herzlich zu unseren kostenfreien Schnupper-Wasser-Sportangeboten, sowie zu einem Informationsangebot zum Thema „GESUND bleiben“ ein:

Wann? • 12. Juli 2022 von 16:00 - 20:00 Uhr

Wo? • Sport- und Gesundheitszentrum Nord-Ost-Bad
Schonnebeckhöfe 60, 45309 Essen

Folgende Kurse stehen für Sie zur Auswahl:

Kurs 1 • Aquajogging mit Power
16:30 - 17:15 Uhr

Kurs 2 • Fit & gesund bleiben mit Wassergymnastik
17:30 - 18:15 Uhr

Kurs 3 • AquaFIT!
18:30 - 19:15 Uhr

Sie können außerdem an einer **kostenfreien Körperfett-Analyse** während unseres Informationsangebotes teilnehmen und erhalten vor Ort alle wichtigen Informationen zu den Sportangeboten in Essen.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen!

Anmeldung

„Bewegt GESUND bleiben im Wasser“

Selbstverständlich können Sie sich auch nur für einen der Kurse anmelden.

* Pflichtfeld

Kursnummer(n)*

Name, Vorname*

Straße, Haus-Nr.*

PLZ, Wohnort*

Telefon*

E-Mail*

Verein*

Schwimmer/ Nichtschwimmer*

Mit Ihrer Unterschrift erklären Sie sich mit der elektronischen Verarbeitung und Speicherung Ihrer personenbezogenen Daten, auch der freiwilligen Angaben, einverstanden. Zudem erklären Sie sich mit den Bedingungen der Datenerhebung und -verarbeitung gemäß EU-DS-GVO & BDSGneu vom 25.05.2018 einverstanden. Diese Einwilligung kann jederzeit schriftlich widerrufen werden. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unseren AGB (Allgemeine Geschäftsbedingungen). Mit Ihrer Kursanmeldung willigen Sie ein, dass im Falle eines coronabedingten Infektionsgeschehens Ihre Daten an die zuständigen Behörden weitergeleitet werden dürfen.

Mit der Unterschrift willigen Sie ein, dass während der Veranstaltung Fotos und Videos aufgenommen und für nicht kommerzielle Werbezwecke (Presse, Homepage, social Media) und Printmedien verwendet werden dürfen.

Datum, Unterschrift

Bitte gut leserlich ausfüllen. Die Anmeldung können Sie uns schicken: **per Post** an Essener Sportbund e.V., Planckstr. 42, 45147 Essen **oder per Fax** an 0201 - 8146 109 **oder per E-Mail** an helena.zapros@essener-sportbund.de