



Off-Ice Training



Das Off-Ice Training bietet unseren Kleinen wie auch Grossen Läufern, ein ergänzendes Training neben dem Eis zu absolvieren.

Auf spielerische Weise werden die Bereiche:
Kondition, Kraft, Sprungkraft, Körperwahrnehmung, Koordination und Beweglichkeit unter fachkundiger Leitung trainiert.

Datum: 17.10.11 – 30.03.2012

Kurstage/Zeiten: Freitag 18.30-19.30h Turnhallen der St. Jakobshalle

Kursbeitrag: Fr. 100.—
Lektion à 60 Min.
Versicherung ist Sache der Kursteilnehmer/innen!

Bitte immer dabei haben!

- Gute Turnschuhe für den Aussenbereich und Hallenschuhe
- Springseil

Anmeldeschluss ist der **30. Sept. 2011**. Bitte verwenden Sie für die Anmeldung den untenstehenden Talon und senden Sie diesen unterschrieben an die unten aufgeführte Adresse. Der Eintritt ist auch nach Kursbeginn möglich, dies jedoch abhängig von der Durchführung des Kurses. Die Anmeldung ist definitiv, es werden keine Rückerstattungen ausbezahlt!

Mindestteilnehmerzahl: 4 Kinder pro Gruppe

Die Bezahlung des Kursgeldes erfolgt durch Banküberweisung (Migros Bank AG, IBAN CH21 0840 1016 1671 5901 0) oder mit Einzahlungsschein vor Kursantritt. Bitte Quittung am ersten Tag mitbringen.



Für die Anmeldung oder weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Eislaufclub St. Jakob Basel-Münchenstein

Frau Gabriela Soland

Im Lohgraben 46

4104 Oberwil

Natel: 079 / 312 19 15

E-Mail: ela.soland@bluewin.ch

www.eislaufclubbasel.ch

Anmeldung

Off-Ice Kurs: Freitag 18.30-19.30h (Fr. 100.--)

Die Durchführung des Kurses ist abhängig von der Teilnehmerzahl.

Vorname: _____ Name: _____

Adresse: _____ PLZ/Ort: _____

Tel. & Fax: _____ E-Mail: _____

Geb.-Datum: _____

Ort/Datum:

Unterschrift: