

Hallo zusammen,

wir laden euch recht herzlich zum Wochenendseminar des Netzwerkes junge Bechterewler nach Treuchtlingen ein.

Wir werden nach dem Get-together am Freitagabend in den zweigeteilten sportlichen Teil des Wochenendes starten. Am Samstag werden die sportlichen sowie die nicht ganz so sportlichen Teilnehmer beim Bogenschießen und Stand-up-Paddeling auf ihre Kosten kommen. Jeder kann nach eigenem Fitnesslevel die Dauer und Intensität bei den Aktivitäten gestalten.

Mit etwas Theorie und vielen Praxisübungen zur Steigerung der Beweglichkeit werden wir den Sonntagvormittag verbringen. Sportmediziner Simon Krzizok wird uns zeigen, wie man mit kleinen Hilfsmitteln wirksame Übungen in seinen Alltag einbauen kann und welche positiven Auswirkungen sie haben.

Wir freuen uns auf ein informatives und kameradschaftliches Seminarwochenende mit EUCH!

Wie immer wird der Spaß bei den Aktivitäten nicht zu kurz kommen.

Im Anhang findet ihr die vorläufige Tagesordnung vom Seminar des Netzwerkes in:

Treuchtlingen 22.06. - 24.06.2018

Bei allen Aktivitäten und Vorträgen wird selbstverständlich darauf geachtet, dass eure Fragen beantwortet werden und es auch genug Zeit zum Regenerieren gibt.

Also jetzt schnell anmelden und dabei sein!!!

Wir freuen uns schon jetzt auf euch.

Mit den besten Grüßen

Andreas Maletz
Andreas Maletz



Bundesweite Ausschreibung Seminar des Netzwerks junge Bechterewler

Freitag

bis 17.30 Uhr	Anreise der Teilnehmer
18.00 Uhr	Abendessen
19.30 Uhr	Get-together
	Freizeitbereich mit Billard und Kegelbahn

Samstag

ab 8.00 Uhr	Frühstücken
09.00 Uhr	Bogenschießkurs am Adventure Campus unter Anleitung
12.00 Uhr	Mittagessen und Pause
14.00Uhr	Aufbruch zum Stand-up-Paddeling
19.30Uhr	Abendessen

Sonntag

ab 8.00 Uhr	Frühstücken
09.00 Uhr	Positive Auswirkung von Bewegung auf den Körper (Theorie und Praxisübungen mit Sportmediziner Simon Krzizok)
11.30 Uhr	Feedback-Runde
ca. 12.00 Uhr	Mittagessen und Ende der Veranstaltung

Anmeldung: dymb@bechterew.de

Weitere Informationen findet ihr unter: jugend@bechterew.de, ebenso wie Eindrücke zu den Seminaren der letzten Jahre.

Für eure persönlichen Auszeiten zwischen den Aktivitäten ist immer Platz und Verständnis da! Der Eigenanteil für Mitglieder beträgt 30,00 €, für Nichtmitglieder 50,00 €. Eine Rückerstattung des Eigenanteils bei einer Stornierung ist nicht möglich!

Im Eigenanteil enthalten sind Unterkunft und Mahlzeiten, Teilnahme an den Aktivitäten, Referent und Trainer.

Mitzubringen sind: Sportsachen und Badebekleidung für die oben genannten Sportaktivitäten.

Die Teilnehmerzahl ist auf **15 Personen** begrenzt.

Dieser Programmablauf ist vorläufig und kann sich ändern!



ANMELDUNG für das Wochenendseminar in Treuchtlingen des Netzwerks junge Bechterewler

Teilnahme am Seminar

22.06. - 24.06.2018 Treuchtlingen (Anmeldeschluss 11.06.2018)

Name Teilnehmer:.....

E-Mail:.....

Adresse:.....

Mitglied in der DVMB **ja** **nein**

Name Begleitung:.....

Begleitung Mitglied in der DVMB **ja** **nein**

Anmerkung (Allergien, Vegetarier, Unverträglichkeiten und ähnliches)

.....

Anreise mit eigenem PKW **ja** **nein**

.....
Datum, Unterschrift

Der Eigenanteil für die Teilnahme am Seminar ist gleich nach Anmeldebestätigung der DVMB auf das unten stehende Konto zu entrichten.

Die Anzahl der Teilnehmerplätze ist begrenzt, bei mehr Anmeldungen als freien Plätzen zählt das Anmeldedatum.

Das ausgefüllte Antwortschreiben per Post oder als Mail mit gleichem Inhalt an die Geschäftsstelle der DVMB senden: **Fax: 09721 22955 - E-Mail: dvmb@bechterew.de**