

Sehr geehrte, liebe Kolleginnen und Kollegen,

diejenigen von Ihnen, die bereits an den Sportkursen von Frau Kerstin Reinwaldt teilnehmen, müssen wohl nicht weiter überzeugt werden, dass diese Art von Bewegungs- und Konditionsübungen unbedingt weitergehen müssen!

Hier wird durch gezielte Übungen die gesamte Muskulatur gestärkt, Kraft und Ausdauer trainiert, Rückenbeschwerden verschwinden (!), die Körperhaltung wird verbessert und das alles in sehr angenehmer Atmosphäre - moderne Sporthalle, motivierende Musik, nette Gruppe, Vernetzung mit Kollegen und nicht zuletzt eine Trainerin, bei der das „Quälen“ auch noch Spaß macht...

Bisher wurden die Kurse am Dienstag (15 Uhr bis 16 Uhr) und am Donnerstag (16.30 bis 17.30) mit schwankender Anzahl der Beteiligten genutzt; oft musste daher auch kurzfristig ein Termin ganz ausfallen, was wiederum für die Sportwilligen sehr schade war.

Um die beiden Kurse möglichst weiter für Interessierte stabil (ohne unnötigen kurzfristigen Ausfall) anbieten zu können, werden die Kurse zu folgenden Bedingungen angeboten:

- Verkauf des Gesamtkurses zu Beginn des Kurses zu einem festen Komplettpreis (**6 € pro Kurseinheit**), dabei erfolgt beim Kauf erst einmal die Festlegung Dienstag- oder Donnerstagkurs (man kann sich natürlich auch für beide Kurse anmelden und bezahlen).
- Wenn man an einem Termin nicht teilnehmen kann, ist es möglich, auch einen interessierten Kollegen zu schicken oder in der Woche einfach den anderen Kurstag zu nutzen - **Geldrückgabe ist nicht möglich.**
- Mindestzahl der Gruppe, damit ein Kurs stattfinden kann: **6 Teilnehmer**
Die verbindliche Anmeldung zum Kurs erfolgt mind. **2 Wochen vor Beginn des neuen Kurses telefonisch oder per E-Mail an Frau Reinwaldt (Adresse unten aufgeführt):**
- Eine verbindliche Information erhalten dann alle Teilnehmer/innen, die sich angemeldet haben, ob der Kurs stattfinden kann.
- Mitarbeitende, die nur ab und zu teilnehmen wollen können gern zu einem erhöhten Einzelpreis in Höhe von 8,00 € zusätzlich teilnehmen, vorausgesetzt, dass der Kurs mit der notwendigen Teilnehmerzahl stattfindet.

Kursangebote: 6,- € pro Kurseinheit

			Anmeldeschluss
Dienstags:	09.02.10 - 30.03.10	8 x = 48,- €	26.01.2010
	13.04.10 - 18.05.10	6 x = 36,- €	30.03.2010
Donnerstags:	11.02.10 - 25.03.10	7 x = 42,- €	26.01.2010
	15.04.10 - 27.05.10	6 x = 36,- €	30.03.2010
	(13.05.10 Himmelfahrt)		

- **Anmeldeschluss für den nächsten Kurs ist der 30.03.2010**
- **Anmeldung:**
telefonisch oder per E-Mail bei Physiotherapiepraxis
Tel.: 030/ 9 62 49-553
E-Mail: physiotherapie@stephanus-stiftung.de
- **Bezahlung:**
jeweils spätestens zum ersten Kurstermin bei
Frau Grobe, Kasse, Tel.: 030/ 9 62 49 – 503 Fax: 030/ 9 62 49-508
Mail: ramona.grobe@stephanus-stiftung.de

Stephanus-Stiftung
Berlin-Weißensee
Praxis für Physiotherapie
Albertinenstraße 20
13086 Berlin

Tel.: 030/ 9 62 49-553
Fax: 030/ 9 62 49-158
E-Mail: physiotherapie@stephanus-stiftung.de
www.stephanus-stiftung.de