

## ANMELDUNG „Schwitzen für den guten Zweck“

Bitte gebt die Anmeldung zusammen mit der Anmeldegebühr bei Anja oder Claudia Zyla ab!  
Anmeldeschluss ist der 30.11.2018!

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

E-Mail oder Handynummer: \_\_\_\_\_  
(nur für NICHT-SSVler)

Ich melde mich für folgendes Sportprogramm an:  
(es können mehrere oder auch nur eine Einheit ausgewählt werden!)

- 09:30 Uhr Rebound\*\*
- 10:30 Uhr Zumba
- 11:30 Uhr Rebound\*\*
- 13:00 Uhr Workout
- 14:00 Uhr Finale Rebound\*\*

- Ich leihe ein Trampolin  
(begrenzte Anzahl an Trampolinen – daher first come, first serve)
  - Sport
  - Flexi
  - Pro

- Ich habe ein eigenes Trampolin  
(bitte mit Namen entsprechend kennzeichnen!)

Für das Buffet in der Cafeteria bitten wir um Kuchen, Muffins, Salat, Brezel - Spenden. Eine Liste hängt im Sportzentrum Nord am Schwarzen Brett aus.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift /Haftungsausschluss\*

\*Die Teilnahme ist freiwillig und auf eigenes Risiko. Im Falle eines Unfalls/einer Verletzung übernimmt der SSV Kästorf keine Haftung! Mit seiner Unterschrift erklärt sich der Teilnehmer mit dem Haftungsausschluss einverstanden!

\*\*Teilnahmevoraussetzung ist der bereits absolvierte Einsteigerkurs

## ABLAUF am 08.12.2018

|                   |               |
|-------------------|---------------|
| 08:30 Uhr         | Hallenöffnung |
| 08:45 Uhr         | Check-in      |
| 09:15 Uhr         | Begrüßung     |
| 09:30 – 10:15 Uhr | Rebound       |
| 10:30 – 11:15 Uhr | Zumba         |
| 11:30 – 12:15 Uhr | Rebound       |

### MITTAGSPAUSE

|                   |                |
|-------------------|----------------|
| 13:00 – 13:45 Uhr | Workout        |
| 14:00 – 15:00 Uhr | Finale Rebound |

Ab 15:00 Uhr Bekanntgabe der Spendensumme und Übergabe (an Hitradio Antenne) sowie Bekanntgabe der 3 Hauptgewinne aus der Tombola.

### ORGANISATORISCHES

- **Der Umwelt zuliebe** bitten wir darum, dass die Teilnehmer ihr **eigenes Geschirr (Teller, Becher/Tasse) und Besteck** mitbringen.
- Bitte denkt an **Wechselkleidung, Duschzeug, ein Handtuch sowie ausreichend Getränke**.
- Es handelt sich hierbei um eine **Veranstaltung für den guten Zweck**. Jeder Teilnehmer entscheidet selbst, in welchem Rahmen er sich an dieser Veranstaltung beteiligen möchte. **Alles kann, nichts muss → Spendenboxen stehen bereit**
- **Parkplätze** stehen vor und hinter der Halle zur Verfügung