

# GESUNDHEIT UND SPASS AM SPORT!

**Gemeinsam Sport treiben und Spaß haben, neue Sportarten oder Trends kennen lernen - wann kommt man dazu?**

Eine gute Gelegenheit bietet dafür unser Frauensport-Aktionstag.

Alle Angebote werden unter Anleitung erfahrener Kursleiterinnen und Kursleiter durchgeführt. Das Angebot kann von allen genutzt werden, auch bzw. vor allem von jenen, die nur selten Zeit zu sportlichen Aktivitäten haben, oder noch nicht so richtig wissen, welche Sportart für sie geeignet wäre.

Mit Unterstützung des LandesSportBundes Sachsen-Anhalt e.V., des Kreissportbundes Burgenland e.V. und von Ju-Jitsu Sachsen-Anhalt e.V. soll es gelingen, einen sportlichen und abwechslungsreichen Tag zu gestalten.

Versicherungsschutz besteht für Vereinsmitglieder im Rahmen der ARAG- Sportversicherung. Für Nichtmitglieder besteht Versicherungsschutz während der aktiven sportlichen Betätigung im Rahmen eines zusätzlich abgeschlossenen Versicherungsvertrages.

Für ausgebildete DOSB- Übungsleiterinnen - C (sportartübergreifender Breitensport) werden bei Teilnahme an vier Sportangeboten vier Lehreinheiten zur Lizenzverlängerung anerkannt. Bitte zeigen Sie dies bei Ihrer Anmeldung mit an.

## Anmeldung

Nutzen sie zur Anmeldung einfach das Anmeldeformular auf der Website des KSB. [www.ksbburgenland.de/formulare/index.php?form\\_id=10000984](http://www.ksbburgenland.de/formulare/index.php?form_id=10000984)

Gerne können Sie uns auch eine E-Mail oder einen Brief mit dem Betreff: „Anmeldung Frauensport-Aktionstag“ und dem ausgefüllten Anmeldeformular im Anhang zusenden.

# HINWEISE ZUM AKTIONSTAG

- Bitte Sportbekleidung und Handtuch mitbringen. Eine Umkleide ist vorhanden.
- Eine Betreuung von Kindern im Alter von 4 bis 8 Jahren ist auf Anmeldung möglich.
- Bitte wählen Sie bis zu vier Sportangebote und je zwei Ersatzkurse aus. Wir bemühen uns, möglichst viele Erstwünsche zu berücksichtigen.
- Sie finden alle Informationen zum Frauensport-Aktionstag auf der Webseite unseres Kreissportbundes unter: **[www.ksbburgenland.de/veranstaltungen](http://www.ksbburgenland.de/veranstaltungen)**.
- Der Teilnehmerinnenbeitrag in Höhe von 15,00 € (inkl. Mittagessen) ist bis zum 01.10.2019 auf folgendes Konto zu überweisen:  
**Kontoinhaber:** KSB Burgenland e.V.  
**IBAN:** DE80 8005 3000 3320 0338 90  
Sparkasse Burgenlandkreis  
**Verwendungszweck:** Frauensport-Aktionstag + Name, Vorname
- Die Buchung der Kurswünsche erfolgt nach Zahlungseingang.
- Teilnahmebeiträge werden nicht zurückerstattet.

## Anmeldeschluss ist der 01.10.2019

Falls bis zu diesem Datum kein Zahlungseingang erfolgt, ist die Anmeldung hinfällig.

## Ansprechpartner:

Paul Plobner, Bildungsreferent  
KSB Burgenland e.V.  
Rosa-Luxemburg-Straße 24, 06618 Naumburg  
**Telefon:** 0 34 45 / 77 58 29  
**E-Mail:** [plobner@ksbburgenland.de](mailto:plobner@ksbburgenland.de)



LandesSportBund  
Sachsen-Anhalt e.V.



**Frauensport-Aktionstag**  
**26.10.2019**  
**Klinkerhallen Zeitz**

# ABLAUF DES AKTIONSTAGS

**TERMIN:** Samstag, 26.10.2019  
**ORT:** Klinkerhallen Zeitz  
 Albrechtstraße 17, 06712 Zeitz

**TAGESPLAN:**

**08:45** Einlass

**09:20** Eröffnung & Grußworte (Mehrzweckhalle)

**09:40** Erwärmung für alle (Mehrzweckhalle)

**10:00 - 11:00** Erste Runde Sportangebote

**11:00 - 11:15** Pause

**11:15 - 12:15** Zweite Runde Sportangebote

**12:15 - 13:00** Mittagspause

**13:00 - 14:00** Dritte Runde Sportangebote

**14:00 - 14:15** Pause

**14:15 - 15:15** Vierte Runde Sportangebote

**15:15 - 15:30** Pause

**15:30** Abschluss in der Mehrzweckhalle

# SPORTANGEBOTE

	10:00 - 11:00	11:15 - 12:15
Sporthalle Feld 1	<b>Kurs 1 Selbstbehauptung</b> Anja Linke & Anne Kayser	<b>Kurs 6 Selbstbehauptung</b> Anja Linke & Anne Kayser
Sporthalle Feld 2	<b>Kurs 2 Elastiband für mehr Beweglichkeit</b> Yvonne Walther	<b>Kurs 7 Balance Pad für mehr Stabilität</b> Yvonne Walther
Mehrzweckhalle	<b>Kurs 3 Jumping Fitness</b> Claudia Brödner	<b>Kurs 8 Jumping Fitness</b> Claudia Brödner
Seminarraum (Glasanbau)	<b>Kurs 4 Fun Step</b> Annett Elbe	<b>Kurs 9 Fun Step</b> Annett Elbe
Außengelände	<b>Kurs 5 Nordic Walking</b> Mike Trautmann	<b>Kurs 10 XCO® Walking</b> Mike Trautmann
	13:00 - 14:00	14:15 - 15:15
Sporthalle Feld 1	<b>Kurs 11 Selbstschutz</b> Anja Linke & Sven Wolter	<b>Kurs 16 Selbstschutz</b> Anja Linke & Sven Wolter
Sporthalle Feld 2	<b>Kurs 12 Elastiband für mehr Beweglichkeit</b> Yvonne Walther	<b>Kurs 17 Balance Pad für mehr Stabilität</b> Yvonne Walther
Mehrzweckhalle	<b>Kurs 13 Jumping Fitness</b> Annett Elbe	<b>Kurs 18 Jumping Fitness</b> Annett Elbe
Seminarraum (Glasanbau)	<b>Kurs 14 Kinderschutz im Sport</b> Anne Kayser & Silvio Klawonn	<b>Kurs 19 Kinderschutz im Sport</b> Anne Kayser & Silvio Klawonn
Außengelände	<b>Kurs 15 Nordic Walking</b> Mike Trautmann	<b>Kurs 20 XCO® Walking</b> Mike Trautmann

# ANMELDUNG\*

Ja, ich nehme am Frauensport-Aktionstag teil.

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

\_\_\_\_\_  
Anschrift

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
E-Mail

**Ich melde mich für folgende Sportangebote an:**  
 (Bitte Kursnummer eintragen!)

**Uhrzeit**    **10:00 - 11:00**    **11:15 - 12:15**    **13:00 - 14:00**    **14:15 - 15:15**

**1. Wahl**    \_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_

**2. Wahl**    \_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_

**3. Wahl**    \_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_

**Anerkennung der Teilnahme für die Lizenzverlängerung  
 Übungsleiterinnen - C**

ja     nein

**Mitmach-Programm für Kinder von 4 - 8 Jahren**

ja     nein

Alter des Kindes: \_\_\_\_\_

**Essensauswahl:**

Essen A: Putengeschnetztes „Züricher Art“ mit Gemüseis, dazu Obst

Essen B: Bunte Nudeln mit Tomaten-Mozzarella-Sauce, dazu Joghurt

**\*Datenschutzinformation und Einwilligungserklärung:**

Mit der Anmeldung über dieses Formular stimmen Sie der Verarbeitung und Speicherung Ihrer personenbezogenen Daten durch den Verantwortlichen und dessen Auftragsverarbeiter zum Zweck der Planung und Nachbereitung der o.g. Veranstaltung zu. Grundlage der Datenverarbeitung ist die DSGVO (Art. 6) i.V.m. dem BDSG. Ihre angegebenen Daten werden auch für weitere Veranstaltungen der verantwortlichen Stelle gespeichert. Sie haben das Recht auf Auskunft zur Art und Weise der Speicherung Ihrer Daten. Des Weiteren gelten Ihre Betroffenenrechte nach Art. 16 ff. DSGVO. Die Einwilligung zur Verarbeitung Ihrer Daten können sie jederzeit der verantwortlichen Stelle entziehen.

**Verantwortliche Stelle:**

KSB Burgenland e.V., Rosa-Luxemburg-Straße 24, 06618 Naumburg  
 Telefon: 0 34 45 / 77 58 29, E-Mail: ksburgenlandnbg@gmx.net