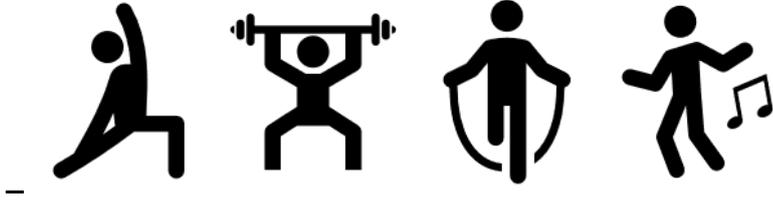


# Infoblatt zum Kurs Sportmix

beim Sportverein Reudern / Abteilung Leichtathletik-Freizeitsport



## Inhalt des Kurses

Wir sind eine gemischte Sportgruppe, deren Motivation es ist einmal in der Woche gemeinsam Spaß am Sporteln und Schwitzen zu haben.

Ein immer gleiches Sportprogramm gibt es bei uns nicht. Nach einem Warmup folgt jede Stunde unterschiedlich ein bunter Sport Mix aus Krafttraining, Pilates, Fitness oder Konditionstraining. Abschließend beenden wir unsere Sportstunde oftmals mit einem kurzen Stretching.

## Organisatorisches

- bitte immer zu den Terminen mitbringen:  
Sportbekleidung, Handtuch, Getränk

## Übungsleitung

- Mein Name ist Monja Berthold, ich bin ausgebildete Sport- und Tanzlehrerin und lebe mit meiner Familie seit 2018 in Reudern.
- Außerhalb der Kurszeiten bin ich zu erreichen unter:  
Telefon 07022/2123023  
oder per E-Mail: [Monja.Berthold@gmx.de](mailto:Monja.Berthold@gmx.de)

## Wann und wo?

- Immer dienstags
- Im Gymnastikraum der Gemeindehalle Reudern
- Von 19:00 Uhr – 20:00 Uhr

## Kursgebühr:

- Mitglieder: 3€ je Einheit
- Nichtmitglieder: 5€ je Einheit
- Bei Abbruch des Kurses ist eine Rückerstattung der Kosten nicht möglich.
- Mit der Anmeldung wird der Betrag spätestens zum 2. Kurstermin fällig. Bitte in bar an den Übungsleiter bezahlen

Sportverein Reudern – Abteilung Leichtathletik  
Schillerstraße 6  
72622 Nürtingen  
[Monja.Berthold@gmx.de](mailto:Monja.Berthold@gmx.de)



© 1976 by ERGO

## Anmeldung zum Kurs Sportmix

Ort: Gemeindehalle Reudern, Gymnastikraum  
Wochentag: Dienstag  
Uhrzeit: 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Für die geplanten Termine des Kurses **Sportmix** stellen wir folgendes in Rechnung:

### Für Mitglieder des SV-Reudern

### Für Nicht-Mitglieder

29.04.2025	3€	5€
06.05.2025	3€	5€
13.05.2025	3€	5€
20.05.2025	3€	5€
27.05.2025	3€	5€
03.06.2025	3€	5€
24.06.2025	3€	5€
01.07.2025	3€	5€
08.07.2025	3€	5€
15.07.2025	3€	5€
22.07.2025	3€	5€
29.07.2025	3€	5€

### Endbetrag

36 €

60 €

Bitte den Betrag bis spätestens zur 2. Kurseinheit bei Monja Berthold in bar bezahlen.

Herzlichen Dank & mit freundlichen Grüßen,  
Monja Berthold

---

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Kurs **Sportmix** an.

Name: \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse: \_\_\_\_\_

Telefon-Nummer: \_\_\_\_\_

Das Infoschreiben habe ich gelesen und zur Kenntnis genommen

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift