

Vielen Dank für Ihr Interesse an meinen Step& Fit- Kursen.

Eine Kursstunde beträgt 75 Minuten, der Kurs geht über acht Wochen. Er enthält ein moderates Kreislauftraining, Kräftigungs- und Dehnübungen und Informationen über die Schwangerschaft und die Geburt.

Die Kosten von 68,00€ werden im Allgemeinen von der Krankenkasse übernommen. (bei Privatversicherten wird nach der jeweils gültigen Gebührenverordnung für Selbstzahler abgerechnet). Es werden jedoch nur die Stunden erstattet, an denen die Versicherte auch tatsächlich teilgenommen hat, was Sie mit Ihrer Unterschrift auf einem entsprechenden Quittierungsbogen bestätigen. Versäumte Stunden müssen von den Teilnehmerinnen selbst übernommen werden,

Wenn Sie sich verbindlich anmelden möchten, schicken Sie bitte den unteren Abschnitt dieser Seite ausgefüllt an mich zurück, außerdem überweisen Sie bitte 88,-€ (68,-€ Vorlage, die Sie nach Kursende zurückerhalten+ 20,- (Getränke und Skripte) auf u.g. Konto.

Mitbringen sollten Sie sportliche Kleidung, Stoppersocken, ein Handtuch für die Matte und am ersten Kursabend Ihre Versichertenkarte.

Falls Sie jetzt noch Fragen haben, kontaktieren Sie mich bitte, ansonsten freue ich mich schon jetzt auf motivierte bewegungshungrige Teilnehmerinnen.

Mit herzlichen Grüßen

*Bettina Langner*

Bankverbindung: comdirect Iban: DE75 2004 1155 0287 6027 05

---

Hiermit melde ich mich zum Step& Fit- Kurs an, Beginn nächstmöglich (wird auf HP bekanntgegeben,)

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

Straße: \_\_\_\_\_ Tel. \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_ Geb.-Datum Kind: \_\_\_\_\_

Nr. der Krankenkasse: \_\_\_\_\_ Vers.-Nr.: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_