

Einmaliger Lastschriftauftrag

Hiermit melde ich die folgende Person für den
Kurs FIT IN DORTMUND an:

Vorname, Name _____

Straße _____

PLZ & ORT _____

Telefon _____

E-Mail _____

Single-Karte **25,- Euro**
(bitte Wochentag ankreuzen)

Mo Di Mi Do

Flexi-Karte **33,- Euro**

Jahres-Karte **99,- Euro**

Gesamtgebühren _____

Ich bin damit einverstanden, dass die Gesamtgebühren **einmalig** per Lastschrift von folgendem Konto abgebucht werden:

Kontoinhaber _____

Geldinstitut _____

BLZ _____ KTO _____

Datum _____ Unterschrift _____

 **Sparkasse.**
Gut für Dortmund.



Wählen Sie Ihre Kursgebühr!

Single-Karte **25,- Euro**

Die Single-Karte berechtigt zur Teilnahme an „Fit in Dortmund!“ an einem von Ihnen festgelegten Tag im Quartal. Sie bestimmen im Vorfeld einen Tag, an dem Sie das Sportangebot nutzen möchten.

Flexi-Karte **33,- Euro**

Die Flexi-Karte berechtigt zur Teilnahme an „Fit in Dortmund!“ an allen Tagen im Quartal. So können Sie unser Sportangebot flexibel Ihrem Alltag anpassen.

Jahres-Karte **99,- Euro**

Ein ganzes Jahr, so oft Sie wollen abwechslungsreicher und qualifizierter Gesundheitssport. Mit der Jahres-Karte können Sie ganzjährig und an allen Tagen das Angebot von „Fit in Dortmund!“ nutzen

Sichern Sie sich jetzt eine Karte Ihrer Wahl!

StadtSportBund Dortmund e.V.

Beurhausstr. 16-18
44137 Dortmund

Tel.: 0231/ 50 1 11 11
Fax: 0231/ 50 1 11 10



STADT SPORT BUND
DORTMUND

StadtSportBund Dortmund e.V.

Sport und Gesundheit



FIT IN DORTMUND !
Gesundheitssport in der Helmut-Körnig-Halle



1. Quartal (1. Jan - 31. Mrz) 20.15 - 21.15 Uhr
2. Quartal (1. Apr - 30. Jun) 20.00 - 21.00 Uhr
3. Quartal (1. Jul - 30. Sep) 20.00 - 21.00 Uhr
4. Quartal (1. Okt - 31. Dez) 20.15 - 21.15 Uhr



FIT IN DORTMUND!

Rückenschmerzen, Gelenkprobleme, mangelnde Beweglichkeit, sind gesundheitliche Probleme des modernen Lebens. Mit Sport und Bewegung können Sie diesem negativen Trend entgegen wirken.

Unter dem Motto „FIT IN DORTMUND!“ bietet der StadtSportBund Dortmund in der Helmut-Körnig-Halle an der Strobelallee ganzjährig von Montag bis Donnerstag ein gesundheitsorientiertes Sportangebot an, bei dem die Erhaltung und Verbesserung der Gesundheit sowie Spaß und Geselligkeit im Vordergrund stehen.

Als Garant dafür stehen unsere qualifizierten Trainer, die ein abwechslungsreiches Fitnessstraining mit vielen verschiedenen Lauf-, Ausdauer-, Gymnastik-, Stretching- und Kraftübungen für alle Altersklassen anbieten.

Bei schönem Wetter finden die Kurse alternativ auf dem Freigelände vor der Halle statt.

Mit diesem Angebot richtet sich der StadtSportBund Dortmund e.V. an alle gesundheitssportorientierten Sportlerinnen und Sportler, die ihren Körper in Form bringen und präventiv Gesundheitsschäden vorbeugen wollen.

Alle weiteren wichtigen Informationen erhalten Sie auch direkt beim StadtSportBund Dortmund e.V.

Wir freuen uns auf Sie und heißen Sie herzlich willkommen.



FIT IN DORTMUND!

**Veranstaltungsort
Helmut-Körnig-Halle
Strobelallee
44139 Dortmund**

**Karten erhalten Sie in der Geschäftsstelle des
SSB Dortmund e. V.
oder direkt vor Ort bei den Kursleitern:**



**StadtSportBund Dortmund e. V.
Beurhausstraße 16 - 18
44137 Dortmund**

**Telefon 0231 50 111 11
Telefax 0231 50 111 10
info@ssb-do.de
www.ssb-do.de**



FIT IN DORTMUND!

**Täglich von
Montag - Donnerstag**



Wir bieten ein effektives Training für:

**Die Muskulatur
Die Verbesserung der Koordination
Das Herz-Kreislaufsystem**

Kommen Sie zu uns
und genießen Sie die Freude
und den Spaß
an der sportlichen Aktivität
gemeinsam mit Gleichgesinnten.