

TV Wanheimerort 1880 e.V.



TV Wanheimerort 1880 e. V.
Kalkweg 151

47055 Duisburg



2.Halbjahr 2025

KURSBESCHREIBUNG

Mama Moves – Mini Grooves

8x freitags:
09:30 – 10:30 Uhr

Kursleitung:
Dr. Svenja Paas
Lina Michel

Kurszeitraum:
31. Okt – 19. Dez 2025

Ort:
TV Wanheimerort
1880 e.V.
Kalkweg 151
47055 Duisburg

Gebühren:
€80,00 (Extern)
€50,00 (Vereinsmitglied)

Dein Sportkurs für die Zeit mit Baby!

Du suchst nach einer Möglichkeit, wieder fit zu werden, ohne dein Baby abzugeben? Dann bist du bei **Mama Moves - Mini Grooves** genau richtig! Unser speziell entwickeltes Fitnessprogramm kombiniert effektives Training für Mamas mit Spiel, Spaß und Musik für die Kleinsten. Papas sind natürlich ebenfalls herzlich willkommen.

Was erwartet Dich?

- Sanftes Ganzkörpertraining zur Kräftigung von Bauch, Beinen, Po und Rücken
- Unterstützung der Rückbildung und Stärkung des Beckenbodens
- Interaktive Spiele und Lieder für dein Baby, die seine Entwicklung fördern
- Wachsendes Trainingsgewicht: Dein Baby ist von Anfang an aktiv dabei
- Austausch mit anderen Eltern in entspannter Atmosphäre
- Kein Babysitter nötig - dein Baby ist ein Teil des Workouts

Für wen ist der Kurs geeignet?

- Eltern mit Babys im Alter von 3 bis ca. 12 Monaten (nach Absprache mit der Kursleitung ist ein anderes Kindesalter möglich)
- Frauen, die nach Abschluss des Rückbildungskurses wieder fit werden möchten
- Mütter und Väter, die eine schöne Zeit mit ihrem Baby verbringen und gleichzeitig trainieren möchten

WAS SIE WISSEN MÜSSEN

Anmeldung / Kursgebühren

Anmeldungen sind ab sofort nur schriftlich mit Einzugs-ermächtigung möglich. Nutzen Sie das nebenstehende Formular und senden Sie es ausgefüllt an **Elternfitkurs@tv-wanheimerort-1880.de**.

Wenn das Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des Geldinstitutes keine Verpflichtung zur Einlösung. Dem/Der Kursteilnehmer/in ist bekannt, dass der Verein die anfallenden Gebühren von €10,00 bei Nicht-einlösung einer Lastschrift einfordert.

Präventionskurs:

Unser Kurs ist nach den Richtlinien der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert und wird von den meisten Krankenkassen bezuschusst oder sogar vollständig erstattet. Nach erfolgreicher Teilnahme erhältst du eine Teilnahmebescheinigung, die du bei deiner Krankenkasse einreichen kannst. Bitte beachte, dass die meisten Krankenkassen eine Mindestteilnahme von 80 % der Termine voraussetzen.

Teilnahmevoraussetzung

Der Kurs erfordert eine Mindestteilnehmerzahl von sechs Personen. Wird diese Mindestzahl nicht erreicht, behalten wir uns vor, den Kurs abzusagen. Dann erfolgt eine Benachrichtigung, und die eingezahlte Kursgebühr wird zurückerstattet.

Kursdurchführung

Der TVW verpflichtet sich zur Durchführung der für die Kurse jeweils angegebenen Unterrichtszeit. An gesetzlichen Feiertagen finden keine Kurse statt. Andersartige Regelungen können im Einzelfall von der Kursleitung mit den Kursteilnehmer/-Innen abgesprochen werden. Ausgefallene Stunden können nicht nachgeholt werden. Ein Anspruch besteht nur dann, wenn der Ausfall dem TVW angelastet werden kann.

Versicherung / Haftung

Bei der Sporthilfe e.V. besteht für alle Kursteilnehmer/-Innen des TVW-Versicherungsschutzes im Rahmen des Sportversicherungsvertrages. Im Schadensfall wenden Sie sich bitte an die Kursleitung. Eine Haftung für persönliche Gegenstände, die während des Kurses verloren gehen, kann nicht übernommen werden.

Datenschutz

Mit der Anmeldung stimmen Sie der Verarbeitung Ihrer Daten gemäß DSGVO innerhalb des TVW zu.

ANMELDUNG ZUM KURSANGEBOT

2. HALBJAHR 2025

.....
Name

.....
Anschrift

.....
Telefon

.....
E-Mailadresse

Einzugsermächtigung

Ich bin Vereinsmitglied

Ich bin kein Vereinsmitglied

Hiermit ermächtige ich den Turnverein
Wanheimerort 1880 e.V. die Kursgebühr in Höhe
von von meinem Konto abzubuchen.

Bitte beachten: die IBAN hat 22 Stellen!

.....
IBAN

.....
Vor- und Nachname des Kontoinhabers

.....
Datum und Unterschrift des Kontoinhabers