



e-mail

Bitte beachten Sie auch unsere
Homepage
<http://www.bsg-siemens-rbg.de/index.php/sportarten/ski-wandern>

Wintertraining 2022/2023 für Jedermann

- Wann:** **Montags von 19:00 Uhr bis 20:20 Uhr**
vom 10.10.22 bis 27.03.23
außer in den Schulferien und am 09.01.2023
- Wo:** **Pestalozzi Hauptschule Regensburg**
Eingang: Tor Puchnerstraße.
- Wer:** Alle Mitglieder und Gäste
- Was gibt's:** *1 Stunde: Ausdauer-Kraft-Koordination
plus 20 Minuten: Mix aus Yoga, Pilates und Stretching*
- Mitbringen:** *Sportbekleidung, Isomatte*
- Kosten:** Mitglieder: 14,00 € einmalig
Nichtmitglieder: 28,00 € einmalig
- Anmeldung:** Ab sofort bei Michael Hüllen mit Foto der Impfbescheinigung
Per E-Mail: bsg.ski_und_wandern@huellen-online.de
Bei der Anmeldung ist der Beitrag zu überweisen.
Bankverbindung: siehe unten
Verwendungszweck: „Training 2022/23“

Vorsichtsmaßnahmen:

Aufgrund von Corona ist für die eigene Gesundheit und die der Mitsportler alle Vorsicht und Hygiene oberstes Gebot. Es gelten allgemeine Vorsichtsregeln. In der Halle werden wir lüften und Abstand halten. Vorläufig gibt es auch keine Maskenpflicht. Geänderte Regeln werden je nachdem bekannt gegeben. Bei Verdacht auf Erkrankung bitte selbstverantwortlich zu Hause bleiben.

Die Teilnahme am Training erfolgt auf eigene Gefahr!

Winfried Schwedler

BSG Ski und Wandern – Sportwart; 0160 90753119