

Termin / Ort

Sonntag **4.11.2012** bis Samstag **10.11.2012**
Bundessport- und Freizeitzentrum Schloss
Schielleiten, 8223 Stubenberg am See (Stmk).
Zimmerzuweisung am 4.11. von 16 - 17.30 Uhr.
Beginn der Woche um 18 Uhr mit dem
Abendessen, Abreise am 10.11. nach dem
Frühstück. Die Vergabe der Plätze erfolgt nach
dem Einlangen der Anmeldungen;
Abschlusslehrgänge der Senioren-Fit Lehrwarte
Ausbildung der Jahre **2008, 2009** und **1996**
haben Vorrang.

Zielgruppe

Aktive Fit-Lehrwarte und Übungsleiter
für Seniorensport in Vereinen der ASKÖ,
des PVÖ, der Naturfreunde und des ARBÖ.
Interessenten, die nicht den oben genannten
Verbänden angehören, können bei freien Plätzen
berücksichtigt werden (externer Beitrag).

Inhalt

Fortbildungswoche. Neben einem
Thermenbesuch und Ausflug sind je nach
Witterung folgende praktische und theoretische
Inhalte geplant: Altersgerechte Spiele,
Kräftigung, Ausdauer, Sensomotorik, Trends,
Koordination, Balance, Entspannung.

**Kosten**

Teilnehmerbeitrag: 365.- €
Externer Beitrag: 400.- €
(Frühbucher bis 30.04.2012: 335.- €)
für Vollpension und Betreuung der Woche.

Heuer wird kein Zahlschein zugesendet.

Die **Einzahlung** erfolgt auf das Konto:
Kontoname: ASKÖ-Fit / Gesundheitsförderung
Kontonummer 00675078000; BLZ: 12000
Verwendungszweck: Senioren Aktiv Woche 2012
Einzahlung erst nach erfolgter Anmeldung!
Einzelzimmer gegen Aufpreis vor Ort sind
begrenzt!

Organisatorische Hinweise

Anreiseplan siehe www.bsfsz.at
 Wir empfehlen mitzubringen: Sportbekleidung,
 Regenschutz, mindestens zwei Paar Sportschuhe
 (Halle und Gelände), Schreibutensilien, E-card,
 Wandersachen, Badekleidung, Nordic-Walking-
 Stöcke (falls vorhanden), Lichtbildausweis, etc.

Informationen / Anmeldung

Anmeldeschluss: 30.06.2012

Begrenzte Teilnehmerzahl!
 Die **verbindliche Anmeldung** erfolgt schriftlich
 mit untenstehendem Abschnitt
 oder per E-Mail an christian.malik@askoe.at
 oder online unter www.askoe.at (Fortbildung).
 oder per Fax: 01 / 869 32 45 / 30.
 Weitere telefonische Auskünfte unter
 01 / 869 32 45 / 33, Mag. Christian Malik

Besondere Hinweise

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für
 auftretende Diebstähle, Unfälle und Schäden.

Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen.

Uschi Mortinger
 Seniorensportreferentin ASKÖ / PVÖ

Partner des Senioren-Fit-Plans:



✂----- Ausschneiden, einsenden oder faxen oder mailen an: ASKÖ-FIT /Gesundheitsförderung-----
 1230 Wien, Steingasse 12, Fax. 01 / 869 32 45 / 30, christian.malik@askoe.at

Ja, ich melde mich für die Senioren-Aktiv Woche 2012

vom 4.11 - 10.11.2012 im BSFZ Schloss Schielleiten an!

Titel, Vorname: _____

Nachname: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Geburtsdatum: _____

Verein: _____

Unterschrift: _____

Aus Gründen der Lesbarkeit wurde darauf verzichtet, geschlechtsspezifische Formulierungen zu verwenden.

Es wird jedoch ausdrücklich festgehalten, dass die bei Personen männliche Form für beide Geschlechter zu verstehen ist.