

Rückbildungssport

Dies ist ein Kursangebot für alle Frauen, die als junge Mütter Spaß und Freude an ganzheitlicher Bewegung haben und jetzt nach der Geburt wieder in Form kommen wollen. Einführendes Beckenbodentraining erfolgt in den ersten beiden Stunden in der **Praxis Rundumskind** durch die Hebamme Cornelia Enunwa-Krell (20 64 60) ggf. einer Vertretung. Im Anschluss daran folgen sechs weitere, sportliche Stunden im **XXL Fitness Studio**, welche ich, Alexandra Mück, durchführe.

Es ist erforderlich, alle Stunden ohne Kind zu organisieren. Bitte beginnen Sie den Kurs erst dann, wenn das Handy nicht mehr neben der Gymnastikmatte liegen muss!!

Kursbeginn: Nach telefonischer Rücksprache mit Alexandra Mück (2 74 91)

Kurstage: mittwochs, Teil I: **20:15 – 21:30 Uhr** (zweimal)
mittwochs, Teil II: **21:15 – 22:30 Uhr** (sechsmal)

Kurs Ort: Teil I: Praxis Rundumskind, Friedrichstraße 53, 91054 Erlangen
Bitte 5 € Kautionschein für Fitness-Studio Ausweis und Versichertenkarte mitbringen

Teil II: XXL Fitness Studio, Artilleriestrasse 54-56, 91052 Erlangen
(es gibt Kfz-Stellplätze vor der Tür, bzw. um das „Unicum“ herum)
Sportkleidung, feste Sportschuhe, Handtuch, Getränk, 2 € für Spind

Bei der Anmeldung Versicherter einer gesetzlichen Krankenkasse muss die Kursgebühr von **€ 70,-** an Alexandra Mück, Konto 911 56 11, Sparkasse Erlangen, BLZ 763 500 00 **vor** Kursbeginn entrichtet werden. Diese Gebühr wird nach vollständiger Teilnahme und positivem Zahlungseingang der Krankenkasse (ca. 5 Wochen später), bis auf einen Restbetrag von € 10 für Studiobenutzung zurück überwiesen. Für jede nicht besuchte Kurseinheit behält die Hebamme den Betrag von € 7,50 ein. Diese Vorgehensweise ist notwendig, da die gesetzlichen Krankenkassen nur in Anspruch genommene Stunden übernehmen. Die Teilnahme erfolgt eigenverantwortlich. Versäumte Termine können weder nachgeholt noch rückerstattet werden.

Bei Privatpatientinnen entfällt eine Vorauszahlung, da Rechnungen direkt nach Kursende an die jeweilige Teilnehmerin gestellt werden.

Bitte ausfüllen und in den nächsten 10 Tagen zurücksenden, sonst besteht keine Kursplatzgarantie!

✂

Verbindliche Anmeldung zum Rückbildungssport Kursbeginn:.....

Name: Geb.Dat.:

Straße: PLZ, Ort

Telefon:..... (e-mail:.....)

Geburtstag & Name vom Kind:.....

Beruf:.....Arbeitgeber:.....

Krankenkasse & Nummer, Versichertennummer, Status, gültig bis:

.....

Bankverbindung für Rückerstattung:.....

Ort, Datum, Unterschrift:

xy→.....