

Turner-Bund
TB



GYM WELT



Stuttgarter

AEROBIC CONVENTION

17.-18.11.2007

Neue Messe am
Flughafen Stuttgart

Messe Stuttgart



AIREX

FLEXI-SPORTS

KÜBLER
SPORT

IRON SYSTEM™

TOGU

Herzlich Willkommen

zur **9. Stuttgarter Aerobic Convention**
des STB-Bildungswerks im Internationalen Congresscenter
Stuttgart in der Neuen Messe am Flughafen Stuttgart.

Die 9. Stuttgarter Aerobic Convention feiert eine Premiere. Zum ersten Mal treffen sich nationale und internationale Top-Presenter/innen in der **Neuen Messe am Flughafen Stuttgart** und versprechen ein powervolles Wochenende in einem erlebnisreichen Ambiente.

Die Entscheidung zwischen den rund 60 attraktiven Workshops aus den Themenbereichen Aerobic und Step, Dance, HOT IRON, Body & Mind sowie Toning-Classes und Pilates wird Ihnen nicht leicht fallen.



Die begleitende Fachmesse rundet das Programm der Convention ab und bietet Sportbekleidung, Sportschuhe, Kleingeräte, Fachliteratur und Musik.

Freuen Sie sich mit uns auf das neue Aerobic-Programm von Chris Harvey „Future Aerobic“, die Präsentation des neuen DTBdance★ Projekts von einer der Mitentwicklerinnen Christiane Reiter und auf Pilates mit Lucia Nirmala Schmidt.

Machen Sie mit – egal ob Fortgeschrittenen oder Einsteiger – für jeden ist etwas dabei. Abtanzen, schwitzen und den Körper von Kopf bis Fuß trainieren - alle Übungsleiter/innen, Trainer/innen und Presenter/innen sowie Aerobic-Sportler/innen, die Lust auf neueste Trends in der Aerobic- und Fitness-Szene haben, sind eingeladen ein interessantes und powervolles Wochenende im Internationalen Congresscenter Stuttgart in der Neuen Messe am Flughafen zu verbringen.

Das Programm zur 9. Stuttgarter Aerobic Convention zum Downloaden finden Sie unter:

www.stb.de/bildung
www.dtb-akademie.de

Online anmelden können Sie sich unter:

www.stb.de/bildung

Highlights der Aerobic Convention:

Future Aerobic

mit Chris Harvey,
Sonntag, 18. November 2007
(siehe Seite 4)

Wird am 5. April 2008 als Fortbildung im SpOrt Stuttgart beim STB-Bildungswerk angeboten.

Pilates

mit Lucia Nirmala Schmidt
Samstag, 17. November 2007
(siehe Seite 4)

Wird am 29. März und 30. März 2008 als Fortbildung im SpOrt Stuttgart beim STB-Bildungswerk angeboten.

Diagonal- und Spiralförmiges Rücken- und Bauchmuskeltraining

mit Marion Mödinger
Samstag, 17. November 2007
(siehe Seite 4)

Wird am 12. April 2008 als Fortbildung im SpOrt Stuttgart beim STB-Bildungswerk angeboten.

DTBdance★

Sonntag, 18. November 2007
(siehe Seite 4)

Fachmesse

Auch in diesem Jahr erwartet Sie eine Fachmesse. Dort finden Sie Sportbekleidung, Sportschuhe, Kleingeräte, Fachliteratur und Musik.

Unsere Referenten



Tanja Ade
DTB-Aerobic Trainerin Master, Aerobic Choreografie, DTB-Ausbilder-Diplom, mehrfache badische Meisterin in der Wettkampf-Aerobic



Corinna Michels-Plum
Ausbildungsleiterin für Group-Fitness, TOGU Master Educator, Ausbilderin und Referentin für Choreografie, Salsa-Aerobic, AeroDance, Step, Workout, Entwicklerin „Brigitte“-Salsa-Aerobic, Diplomierte Stretching Instruktorin, Autorin



Patrick Schoenmaker
Niederlande, Int. Dipl. Aerobic & Fitness, 2004 zum Top 10 Presenter in Deutschland, Schweiz und Österreich vom Magazine SHAPE UP gewählt



Peter Brauneis
Group Fitness Instructor, Personal Trainer, Master Educator und Internationaler Presenter



Dubi Miksa
Internationale Presenterin, Tänzerin und Choreografin, Newcomer 2006, DSSV-Fitness-/DFAV-Aerobic-Trainerin, Pilates-Trainerin



Mirjam Schubert
Internationale Presenterin, Ausbilderin bei SAFS & BETA, Presenterin des Jahres 2006



Sandra M. Gruber
IRON SYSTEM™ Mastertrainerin, nationale Presenterin, gelernte Bürokauffrau, Studioleitung Frauenstudio München, zahlreiche Zusatzausbildungen im Bereich Fitness



Marion Mödinger
Physiotherapeutin, Sporttherapeutin, Sport- und Gymnastiklehrerin, Dance-Aerobic Instructor People in Motion



Pat Seifried
Schweiz, Internationaler Presenter, Ausbilder für Dance-Aerobic™ und Dance-Step™ bei People in Motion, 3. Platz bei den Wahlen zum Presenter des Jahres 2005



Chris Harvey
DTB-Master Ausbilder, DTB-B.CO Educator, ehem. Mitglied Nationalmannschaft Sport-Aerobic, Buchautor



Katja Prescher
Internationale Presenterin, Team-Mitglied und Ausbilderin bei People in Motion, Tanzpädagogin, Sporttherapeutin, staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin



Gunda Slomka
Sportlehrerin, Sportwissenschaftlerin und Sporttherapeutin, intern. Referentin und Presenterin, Stretching Expertin, TOGU Master Educator, ROBINSONExpertin, Fachbuchautorin



Barbara Klein
Internationale Top-Presenterin, Sport-Physiotherapeutin, langjährige Ausbilderin, Personal Trainerin, Geschäftsführerin der FLEXI-SPORTS GmbH



Oliver Radig
Ausbildung an der London-Dance-Academy, Ausbilder SAFS & BETA, Mitglied des NIKE Team, TV-Instruktor beim DSF („Fit mit DSF“), Deutscher JPB-Hip-Hop-Dancing Meister



Bianca Swartout
Elite Instruktor, Internationale Presenterin, ehem. Tänzerin der S-Klasse Latein und Standard, Studium Sport, Englisch und Geschichte, Presenterin des Jahres 4. Platz 2005



Marc Oliver Kluike
Dipl. Sportwissenschaftler, Tänzer und Choreograf, Internationaler Presenter, Master Elite Instructor, Inhaber von People in Motion



Christiane Reiter
Mehrfache Aerobic-Meisterin, Choreografin, Tänzerin, Trendsetterin in der deutschen Aerobic-Szene, mehrfache „Presenterin des Jahres“, Mitentwicklerin von DTBdance, Fernsehserie „TELE GYM Aerobic“ und „TELE GYM Pilates“



Susan Zierold
IRON SYSTEM™- Mastereducator, IRON SYSTEM™- Mastertrainerin, Sport- und Gymnastiklehrerin, ROBINSON Crew-trainerin, Personal Trainerin, Groupfitness Instruktorin und Koordinatorin in München



Petra Kluike
Entwicklerin Dance-Aerobic™, Internationale Presenterin, Inhaberin von People in Motion



Lucia Nirmala Schmidt
Inhaberin des Ausbildungsinstitutes BodyMindSpirit, Bewegungspädagogin, Yogalehrerin, Pilates-Trainerin, Atemtherapeutin, Autorin

Übersicht / Zeitplan

4

Samstag, 17.11.2007

09.45 – 10.15	500 Begrüßung für ALLE „Special Warm-up“ mit Katja Prescher						
10.30 – 11.45	501 Dance-Step to Use Katja Prescher	511 Aero Dance Delight Patrick Schoenmaker	521 Athletic Flow Gunda Slomka	531 Best of Both Worlds Chris Harvey	541 Diagonal- und Spiral-förmiges Rücken- + Bauchmuskeltraining Marion Mödinger	551 Wellness mit FLEXI-BAR Barbara Klein	561 Standing Pilates Lucia Nirmala Schmidt
12.30 – 13.45	502 Dance-Step next level Marc Kluike	512 Dance like a Popstar Pat Seifried & Katja Prescher	522 4 more muscles! Chris Harvey	532 Aerobic Moves Miriam Schubert	542 Pilates für Einsteiger Petra Kluike	552 Pilates mit Spiritball Lucia Nirmala Schmidt	562 HOT IRON™ Sandra M. Gruber & Susan Zierold
14.30 – 15.45	503 Step Asymetric for Everybody Pat Seifried	513 Funky/MOVES Patrick Schoenmaker	523 Athletic Move Gunda Slomka	533 Dance-Aerobic – The Basics Marc Kluike	543 Pilates für Schwangere Petra Kluike	553 Chi Yoga Flows - Chandra Namaskar Lucia Nirmala Schmidt	563 Fit Step Tanja Ade
16.30 – 17.45	504 Step „how to breakdown“ Miriam Schubert	514 Dance-Aerobic 4 all Marc Kluike	524 Dynair XXL Gunda Slomka	534 Dance-Aerobic to Take-Away Pat Seifried	544 Pilates Mattentraining Petra Kluike	554 X.CO - Run and Walk Barbara Klein	564 IRON CROSS™ Sandra M. Gruber & Susan Zierold

Sonntag, 18.11.2007

08.45 – 09.15	600 Begrüßung für ALLE „Special Warm-up“ mit Patrick Schoenmaker						
09.30 – 10.45	505 Dance Step 2007 Oliver Radig	515 Aerobic-Dance-Class Dubi Miksa	525 Future Aerobic Chris Harvey	535 Dynair-Workout Corinna Michels-Plum	545 Pilates Theraband Workout Christiane Reiter	555 Bewegen + Entspannen Marion Mödinger	565 FLEXI-BAR Tone mit Step Barbara Klein
11.30 – 12.45	506 Just a Step Bianca Swartout	516 Dazzlin Dance Divine Patrick Schoenmaker	526 L.A. House Dance Oliver Radig	536 B.CO complete - Results Peter Brauneis	546 DTBdance ★ Christiane Reiter	556 Pilates based Exercises Dubi Miksa	566 IRON BACK™ Sandra M. Gruber & Susan Zierold
13.30 – 14.45	507 Dubi's Step-Dance Dubi Miksa	517 Round about kids! Oliver Radig	527 Let's Shake, Rattle'n Roll Bianca Swartout	537 Athletic Stretch Corinna Michels-Plum	547 Bauch intensiv Barbara Klein	557 Aerobic Beginner Tanja Ade	567 Athletic Move Chris Harvey
15.30 – 16.45	508 Let's Dance with a STEP! Bianca Swartout	518 Salsa-Feelings Corinna Michels-Plum	528 HipHop Dance Patrick Schoenmaker	538 B.CO complete - Stability Peter Brauneis	548 PilatesFitness-Workout Christiane Reiter	558 Rückentraining mit dem Gymnastikstab Marion Mödinger	568 IRON CROSS™ Sandra M. Gruber & Susan Zierold

501 Dance-Step to Use

Dance-Step für Dich zu gebrauchen! Bring den Tanz in Deine Step-Stunde. Kreativer Funk, Dance, Low Impact und klassische Step-Bewegungen werden zu einer mitreißenden revolutionären Choreografie verbunden, mit einem Breakdown, das seinesgleichen sucht. Katja zeigt Dir einfache aber wirkungsvolle Schritt-kombinationen die zu einer coolen Choreografie zusammenwachsen.

Katja Prescher

502 Dance-Step next level

Lust auf etwas Neues? Bring Tanz in Deine Step-Stunde. Kreativer Funk, Dance, Low Impact und klassische Step-Bewegungen werden zu einer mitreißenden revolutionären Choreografie verbunden. Lass Dich von Marc-O's einzigartiger Art und Weise Choreografien aufzubauen und zu vermitteln begeistern. Discover the difference!

Marc Kluike

503 Step Asymmetric for Everybody

Everybody can do it - das möchte Dir Pat vermitteln! Der Step verwandelt sich zur Tanzplattform. Die asymmetrische Choreografie beginnt bei Step-Grundschritten, die Schritt für Schritt bis hin zu einfachen tänzerischen Schrittkombinationen modifiziert werden und den Körper zum vibrieren bringen. Diese Lektion verspricht Dir Anregungen, einfache tänzerische Elemente in Deinen eigenen Stunden einzubauen. Pat zeigt Dir, wie auch eine asymmetrische Step-Choreografie balanciert und der Aufbau logisch und fließend gestaltet sein kann. Prädikat "für jeden geeignet"!

Pat Seifried

504 Step „how to breakdown“

Mirjam zeigt Dir, wie Du durch verschiedene Schneidetechniken zu erstaunlichen Endprodukten gelangst. Die Choreografie ist flüssig und nachvollziehbar, der Aufbau symmetrisch und auch ansonsten einwandfrei. Verstehe, wie Du von einfachen Schritten zu komplexen Elementen gelangen kannst. In dieser Choreografie wird klassischer Step mit Dance-Moves verbunden, ohne dass der eigentliche Step-Gedanke und die ursprünglichen Step-Schritte verloren gehen. Viel Spaß!

Mirjam Schubert

505 Dance Step 2007

Dieser Kurs zeigt Dir das Beste vom Besten was es auf/mit dem Step zu erleben gibt. Funky Styles und eine abgefahrene Kombination der bekannten Step-Grundschritte zeigen Dir neue Wege für Deine Kursgestaltung. So viel Spaß hast Du noch nie erlebt!

Oliver Radig

506 Just a Step (Step class)

Bianca zeigt Dir den Weg zu einer komplexen aber leicht nachvollziehbaren Step-Choreografie. Schwerpunkt liegt hier im symmetrischen Aufbau. Es ist wichtig, bei einfachen, für Deine Teilnehmer bekannten, Schritten zu beginnen und diese dann Schritt für Schritt zu verändern. Eine Stunde mit neuen Ideen für Deine eigenen Step-Stunden zu Hause.

Bianca Swartout

507 Dubi 's Step-Dance

Hier werden Step-Schritte mit Dance-Moves verbunden und logisch aufgebaut. Faszinierende Bewegungen, die sich aus Grundschritten entwickeln und mit Dance-Effekten und Deiner persönlichen Ausdrucksfähigkeit unterstrichen werden, ohne den Step-Gedanken zu verlieren. Erlebe wie man mit kleinen Veränderungen pfiffige Schrittkombinationen entwickeln kann. Im Vordergrund steht neben dem klaren und logischen Aufbau und der Dynamik besonders Spaß. Das Finale gibt der Stunde den ultimativen Kick.

Dubi Miksa

508 Let's Dance with a STEP!

Der Weg ist das Ziel - und wer Dich dort hinführt... Erlerne hier eine geniale Choreografie und entscheide selbst wie weit Du gehen willst. Die Methoden „Direktes Einfügen“ und „Dreifaches Schneiden“ ermöglichen Dir diese Wahl. Dance-Step ist, was es verspricht. Ein Mix aus Step gepfeffert mit etwas Dance und schon geht die Post ab! Hab Spaß und lass Deine Füße tanzen!!!

Bianca Swartout

511 Aero Dance Delight

Low Impact Aerobic kombiniert mit House, Disco, Jazz und Hip-Hop Elementen ergibt eine Stunde, bei der Spaß an der Bewegung im Vordergrund steht. Dieser Workshop oder die Masterclass zeigt Dir, wie eine Choreografie durch fließende Übergänge und logischen Aufbau leicht nachzuvollziehen ist. Sie beinhaltet viele neue Ideen für jedes Niveau. Ein Dance Delight für Jedermann!

Patrick Schoenmaker

512 NEU: 'Dance Like a Popstar for Beginners' by Dance-Funk

Dance-Funk' oder auch 'Dance Like A Popstar' basiert auf bekannten und einfachen Grundschritten und verschmelzt sie mit funky Hip-Hop-Bewegungen, unterrichtet zu brandaktueller Hip-Hop und R'n'B-Music. Du findest Bewegungen aus Clips von Viva, MTV und Popstars in der Choreografie, beginnend bei Funk über Jazzfunk und Video-Clip-Dance bis hin zu einzelnen Hip-Hop Moves. Du wirst begeistert sein und Dich wie ein Star im Video-Clip fühlen! Ganz bestimmt kann diese Choreografie jeder mitmachen - 100%.

Pat Seifried & Katja Prescher

513 FunkyMOVES

Egal, ob Du neue Bewegungen suchst, eine neue Stilrichtung ausprobieren möchtest oder einfach mal richtig abtanzen willst. Lerne in dieser Masterclass wie Du Deinen Teilnehmern das richtige „Star Feeling“ vermitteln kannst. Neben einer Menge Spaß und neuen Moves mit einfachem Aufbau bietet diese Stunde vor allem eines: neues Material für Deinen Unterricht. Lass Dich inspirieren und von seiner Motivation anstecken...typisch Patrick!

Patrick Schoenmaker

514 Dance-Aerobic 4 all

Die Kombination aus klassischen Aerobic-Bewegungen und tänzerischen Elementen aus Jazz-, Latin und House - Dance zeigen Dir den Trend: Dance-Aerobic. Mitreißende Rhythmen werden Dich in dieser Masterclass begleiten. Durch ein phantastisches Breakdown entsteht eine Dancesession mit umwerfender Party-Stimmung. Die Stunde findet ihren absoluten Höhepunkt im Finale, wo die Choreografie auf ein spezielles Lied getanzt wird.

Marc Kluike

515 Aerobic-Dance-Class

Erlebe die faszinierende Verbindung aus klassischen Aerobic-Elementen und verschiedenen dynamischen Tanzelementen aus Jazz, Funk, Latin, House und Hip-Hop. Dubi zeigt Dir in ihrer energiegeladenen und kreativen Dance-Class, wie eine Choreografie durch fließende Übergänge und einem klaren Aufbau leicht nachzuvollziehen ist. Dubi wird Dich motivieren und mitreißen. Ein Finale krönt die Stunde. „Dance & Express yourself“

Dubi Miksa

516 Dazzlin Dance Divine

Wenn Du nach Aero Dance Delight dachtest: Geil! Und jetzt? Dann lass Dich entführen zum nächsten Level von Patrick's Dance Erlebnis. Diese Choreo wird heiß serviert und noch heißer getanzt! Du brauchst neue Aerobic-Dance Ideen? Dann melde Dich zum Dance-Floor wo Dich die sexy Choreo mit fließenden Übergängen und klarem Aufbau „dazzlen“ wird! Was meint Patrick mit dazzlin? Come in and find out! Es wird göttlich... Let's Dance Divine!

Patrick Schoenmaker

517 Round about kids!

In diesem Workshop präsentiert Dir Oliver die besten Kids und Video Clip Choreografien für das Jahr 2007. Lass Dich von den vielen kleinen Choreografien begeistern und lerne verschiedenste Dance-Styles kennen. House Moves, Reggae, Hip-Hop und den top aktuellen Clown-Style.

Oliver Radig

518 Salsa-Feelings

Rhythmus, Energie und Lebensfreude pur – das sind Salsa Feelings! Mit viel Gefühl, Temperament und Spaß entsteht eine schöne Choreografie zum Abtanzen. Salsa, Cucaracha, Mambo und vieles mehr...Spüre das lateinamerikanische Temperament und hab' einfach Spaß! Level: Mittelstufe bis Fortgeschritten

Corinna Michels-Plum

521 Athletic Flow

Schon allein die Musik prägt den Charakter von Athletic Flow. Im ¾ Takt fließen alle Bewegungen weich ineinander und ermöglichen Dir ein „Abtauchen“ in die Bewegung und die Konzentration auf Dein tiefes „Ich“. Athletic Flow bringt Deine innere Kraft zum Vorschein und lässt sie wachsen.

Gunda Slomka

522 4 more muscles!

Das richtige Programm um Deine Muskeln auf das nächste Level zu befördern! Bevor dem Kraftausdauertraining die Luft auszugehen droht, kannst Du mit diesem System für einen neuen Kick sorgen. Es geht in dieser Stunde um Hypertrophietraining, welches den Muskelaufbau fördert und den Energieverbrauch der Muskulatur steigert. Das richtige Rezept also, um die ersehnte Straffung und Formung des Körpers zu erreichen.

Level: Fortgeschritten

Chris Harvey

523 Athletic Move

Ein ganz besonderes Workout-Training, welches aktuelle Ergebnisse der Sportwissenschaft gelungen und effektiv umgesetzt. Athletic Move ist eine Säule des Trainingskonzeptes „Athletic Rituals“. Es wird in Bewegungsritualen geübt. Bewegungsverbindungen, die zunächst gemeinsam erlernt werden, erlauben schon nach kurzer Zeit ein Üben im eigenen Rhythmus im eigenen „FLOW“! Athletic Move ist ein Stabilitätstraining der besonderen Art. Sowohl die kleinen stabilisierenden Muskeln unseres Körpers wie auch der äußere Stützapparat werden intensiv und effektiv trainiert. Ein Spiel zwischen Haltung und Bewegung, zwischen Stabilität und Instabilität stellt für uns immer wieder neu eine Herausforderung dar. Nimm diese Herausforderung an und sei dabei – bei Athletic Move.

Gunda Slomka

524 Dynair XXL – eine neue Dimension im Stabilitätstraining

Die Forschung im Bereich der Sensorik geht weiter. Viele unserer Teilnehmer suchen neue Herausforderungen. Mit dem Dynair XXL hat die Firma TOGU eine neue Dimension des sensomotorischen Trainings geschaffen. Gunda Slomka, als Master Educator der Firma TOGU im „BeComplete“ Trainingssystem, stellt die praktische Arbeit mit dem Dynair XXL auf dieser Convention vor. Mit dem Dynair XXL ist ein Trainingsprogramm entstanden, welches für jede Workout-Stunde eine neue Herausforderung schafft.

Gunda Slomka

525 Future Aerobic

Aerobic lebt! Wir schreiben das Jahr 2007... die letzten Jahre sorgten für eine ungeheure Vielfalt an Stundennamen und -inhalten. Es kamen viele Trends und einige bleiben auch. Wie sieht denn eine zeitgemäße Aerobicstunde aus, wenn wir die wertvollen Erkenntnisse der letzten Jahre integrieren? Erlebe eine Aerobic-Stunde, die effektiv, individuell, motivierend und vielseitig ist und Deine Teilnehmer (wieder) für Aerobic begeistert!

Chris Harvey

526 L.A. House Dance

In diesem Kurs zeigt Dir Oliver die abgefahrensten Aerobic-Schritte aus dem sonnigen L.A. Ein Feuertopf an neuen Ideen und jede Menge „coole Moves“ die Deine eigenen Stunden wieder richtig aufpeppen. Let's house dance!

Oliver Radig

527 Let's Shake, Rattle'n Roll!!! (High-low Aerobic)

Schon seit langem wird es gewünscht. Jetzt ist es endlich soweit. Erlebe mit Bianca die ultimative Aerobic-Stunde mit Rock'n' Roll, Jive, Swing, Lindy Hop und Boogie Woogie Einflüssen. Nicht nur Kicks und Sprünge haben diese Tänze beeinflusst. Da steckt noch viel mehr dahinter. Das tolle dabei ist: Jeder kann es!!! Du kannst diese Stunde auch für Zuhause nutzen, um neuen frischen Wind in Deine eigenen Stunden zu bringen. Im Warm-up geht es bereits heiß her und abgerundet wird das Ganze mit einem Finale von GREASE!!! Das musst Du miterlebt haben. Achtung: Du benötigst viel Energie!!!! Was Du zu erwarten hast? Eine tolle Stunde und viel Spaß!!!

Bianca Swartout

528 HipHop Dance

Du wolltest schon immer mal tanzen wie die Stars in ihren Musikvideos?

Dann darfst Du diese Stunde nicht verpassen! Sein Groove lässt er in trendy tänzerische aber dennoch einfach nachvollziehbare Schrittkombinationen einfließen. Patrick wird Dir die Basic sowie Fortgeschrittene Bewegungen Schritt für Schritt beibringen und plötzlich scheinen diese Moves ganz einfach und Du bewegst Dich wie die Stars in Ihren Tanzclips zu heißen R&B/Hip-Hop Sounds. Adrenalin pur!

Patrick Schoenmaker

531 Best of Both Worlds – Aerobic und Tanz sinnvoll vereint

Dance ist "in"! Aerobic-Stunden mit einer gehörigen Portion "Tanz-Gefühl" stehen hoch im Kurs und motivieren zahlreiche Kursbesucher. Gleichzeitig wünschen sich Deine Teilnehmer ein effektives Training, welches sinnvoll gestaltet ist, gekonnt vermittelt wird und sicher abläuft. Best Of Both Worlds paart die Struktur, Methodik und Ausgewogenheit einer modernen Aerobic-Stunde mit der Bewegungs- und Rhythmusvielfalt und dem Gefühl vom Dance. Was für eine Mischung!

Chris Harvey

532 Aerobic Moves

Mirjam zeigt Dir, wie Du klassische Aerobic-Schritte zu tänzerischen Moves veränderst. Du wirst neben bereits bekannten Aerobic-Schritten manchmal auch Elemente wie Latin Moves, Hip-Hop, Reggaeton, House, Jazz u.a. wieder finden. Trendige House, Latinhouse oder Trance Rhythmen begleiten die Stunde. Das Highlight der Stunde: Eine Finalchoreografie. Feel free and let's dance.

Mirjam Schubert

533 Dance-Aerobic - The Basics

Lerne die Basisschritte des neuen Trends: Dance-Aerobic™. Die Kombination aus klassischen Aerobic-Bewegungen und tänzerischen Elementen aus Jazz-, Latin- und House-Dance werden Dir anhand einfacher Beispiele vermittelt. Dieses Feuerwerk aus mitreißenden Rhythmen, Spaß und Inspiration wird Dich begeistern. Plötzlich weißt Du, was Deine Teilnehmer wollen. Ein bisschen von der Faszination, der Dynamik, dem Rhythmus und dem Gefühl, mitten in einer Musikvideo-Produktion zu sein. Dance-Aerobic schließt die Lücke zwischen der faszinierenden Welt des Videoclip-Dancing und den von einem breiten Publikum erlernbaren Mainstream-Formen der Aerobic. Enter the next level!

Marc Kluike

534 Dance-Aerobic to Take-Away

Mitmachen und gleich selbst unterrichten! In dieser Lektion steht Spaß an der Bewegung, vermischt mit einer einfachen Dance-Aerobic-Choreografie im Vordergrund. Die trendigen und simplen Moves werden mit wirkungsvollen Armkombinationen versehen und wachsen zu einer fließenden, nachvollziehbaren und einfachen wie anwendbaren Choreografie zusammen. Die Choreo kannst du ganz bestimmt auch selbst unterrichten.

Pat Seifried

535 Dynair-Workout

Die neue Dimension des Krafttrainings! Egal auf welchem Level Du persönlich bist, hier kannst Du den ultimativen Kick erleben. Das Dynair bietet noch mehr Labilität in der Therapie, Rehabilitation oder im Sport allgemein. Ein labiles Trainingssystem mit Tiefenwirkung – zur Verbesserung der Gelenkstabilität, Koordination und Gleichgewicht. Hab Spaß beim Versuch Dich zu stabilisieren...

Corinna Michels-Plum

536 B.CO complete - Results

Intensives Krafttraining mit dem Aero-Step®XL für maximale Resultate. Mutter Erde liefert die Schwerkraft, der Aero-Step®XL die Herausforderung. Zusammen bilden sie ein Team für einfaches aber intensives Training, das mit raschem Erfolg belohnt wird. Neue Reize sprechen tiefe Muskelschichten an und aktivieren zusätzliche Gelenkstabilisation. Gleichgewicht und Koordination werden besser.

Peter Brauneis

537 Athletic Stretch

Das Beweglichkeitstraining der NEUZEIT. „Athletic Stretch“ ist ein Workout, das Kraft und Beweglichkeit im Einklang trainiert. Die Übungssequenzen verbinden intensive Dehnreize mit hohen statischen Kräften und versprechen ein Maximum an Beweglichkeit. Erlerne und wiederhole Bewegungsrituale zu fließender Musik; konzentriere Dich auf Deinen Körper und die Tiefenspannung der Muskulatur. „Athletic Stretch“ macht Beweglichkeitstraining zu einem einzigartigen Erlebnis – lass Dich begeistern!

Corinna Michels-Plum

538 B.CO complete - Stability

Was hast Du von einem perfekt geformten Körper wenn der Rücken oder die Gelenke schmerzen? Mit Fitness assoziiert man wohl geformte Körper und Ausdauer. Aber eine „super“ Fassade ohne entsprechenden Unterbau wird nicht lange halten. Stabilität unter der Oberfläche durch kraftvolle tiefe Muskelschichten ist die Grundlage für jedes gesunde Training. Dies erlaubt eine präzisere Bewegungsausführung und erlaubt somit eine sichere und effiziente Formgebung an der sichtbaren Muskulatur.

Peter Brauneis

541 Diagonal- und Spiralförmiges Rücken- und Bauchmuskeltraining

In Verbindung mit fetziger Musik und Low Impact Grundschritten aus dem Aerobic liegt der Schwerpunkt auf der Kräftigung, Stabilisation und Mobilisation der Wirbelsäule, wobei mit und ohne Theraband gearbeitet wird. Hierbei kommt auch eine Technik aus der Physiotherapie zum Einsatz. PNF - Pattern (Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation), das sind komplexe Bewegungsmuster, die sich an Bewegungen aus Alltag und Sport orientieren. Diese bewirken nicht nur einen Kraftaufbau, sondern auch eine bessere Koordinierung der Muskulatur, eine Normalisierung des Muskeltonus sowie einen Dehnreiz.

Marion Mödinger

542 Pilates für Einsteiger

Lerne, wie Petra Kluike die erfinderische Arbeit von Joseph Pilates unter der Verwendung gegenwärtiger Forschungsergebnisse fortsetzt und schaffe Dir damit eine gesundheitsfördernde Grundlage für Deine Pilates-Stunde. Der Kurs ist auch für all Diejenigen sehr gut geeignet, die sich das erste Mal mit Pilates näher beschäftigen möchten oder detaillierte Infos

für ihre erste Pilates-Stunden wünschen. Dieser Kurs beinhaltet praktische sowie theoretische Elemente. Das Training gründet zu gleichen Maßen auf Kraft, Mobilität und Entspannung.

Petra Kluike

543 Pilates für Schwangere

Eine nach funktionellen Trainingsrichtlinien orientierte Pilates-Stunde für Schwangere und frisch gebackene Mamas. Schwangere können durch zielgerichtetes Pilates-Training besser auf die Geburt vorbereitet werden und Müttern kann zu einer schnelleren Rückbildung verholfen werden. Es werden prä- und postnatale Variationen der klassischen Pilates-Institute-Übungen erarbeitet und viele hilfreiche Informationen gegeben, so dass Trainer lernen sicherer mit dieser Zielgruppe umzugehen. Das ganze mit viel Humor von einer hochschwangeren und kompetenten Pilates-Trainerin vorgetragen.

Petra Kluike

544 Pilates Mattentraining

Das Unterrichten von Gruppenteilnehmern mit unterschiedlichem Niveau (inhomogene Gruppe) stellt für den Pilates-Trainer eine ganz besondere Herausforderung dar. Häufig zeigen Teilnehmer in solchen Gruppen nicht die gewünschte Übungsqualität. In diesem Pilates-Mattentraining-Kurs wird Dir ein größeres Verständnis über Qualität und Kontrolle vermittelt und Tools an die Hand gegeben, die ein schnelleres Vorankommen der Teilnehmer ermöglichen und selbst bei größeren Gruppen funktionieren. Somit entsteht ein informatives sowie hochwertiges Mattentraining für Jedermann.

Petra Kluike

545 Pilates Theraband Workout

Therabänder bieten Abwechslung und unterstützen die Pilates Mattenübungen optimal. Die Übungsauswahl wird mit dem Theraband variabler und die bekannten Übungen können zur neuen Herausforderung werden.

Christiane Reiter

546 DTBdance★

Energiegeladene Choreografien ganz nach dem Muster der Video-Clips gestaltet. Die angesagtesten Moves und die coolsten Grooves, entdecke den dance★ in Dir. DTBdance★, das Erfolgskonzept für Dich und Deinen Verein.

Christiane Reiter

547 Bauch intensiv

In Theorie und Praxis zeigt Barbara Möglichkeiten die gesamte Bauch- und Rückenmuskulatur zu kräftigen. Viele Übungen werden nur mit einer Matte durchgeführt, bei anderen werden kurz die Hilfsmittel Tube, FLEXI-BAR und X.CO demonstriert. Propriozeption ist das Schlagwort und die Lösung mit einer Übung den gesamten Rumpf zu stärken.
Barbara Klein

548 PilatesFitnessWorkout

Pilates ist ein Fitnesstrend, der weltweit Furore macht und für Schlagzeilen sorgt. Aber was ist das Besondere an diesem Programm, das Joseph Pilates bereits vor 100 Jahren entwickelte?
Pilates vereint wie kaum ein anderes Fitness-Programm Kräftigung, Beweglichkeit und Mobilisation und entspricht damit exakt den Anforderungen der heutigen Zeit. Christiane zeigt Dir, wie die Pilates Mattenübungen, die ursprünglich als Personal-Training entwickelt worden sind, in Group Fitness Stunden unterrichtet werden können. Eine Pilates-Stunde kann trotz hoher Anforderungen an einen sicheren und konzentrierten Unterricht auch Spaß machen und interessant und kurzweilig gestaltet werden.
Christiane Reiter

551 Wellness mit FLEXI-BAR

In dieser Stunde wird die Kraft der sensationellen 1,5 Meter langen Zauberstange mit der Geschmeidigkeit von Yoga und Pilates-Übungen kombiniert. Power, Flexibilität für den gesamten Haltungs- und Bewegungsapparat in einer noch nie dagewesenen Kombination.
Barbara Klein

552 Pilates mit Spiritball

Durch das Umsetzen der Pilates-Prinzipien Konzentration, Kontrolle, Präzision entsteht Bewegungsfluss – der Spirit einer jeden Pilates-Bewegung. Der kleine Ball fordert Dich spielerisch auf, Dich dem Fluss der Bewegung hinzugeben, verschaffe Dir neue Bewegungsräume, sichere Deine richtige Ausrichtung Deiner Kraftlinien und fördere Deine Balance immer wieder aufs Neue. Dieses kleine „Tool“ bereichert deine Mitte mit grosser Wirkung.
Lucia Nirmala Schmidt

553 Chi Yoga Flows - Chandra Namaskar

Surya Namaskar oder den Sonnengruß kennen viele. Weniger bekannt ist Chandra Namaskar, die Begrüssung des Mondes - eine tolle Möglichkeit - und eigentlich viel stimmiger, um die Yogastunde an einem Abend zu beginnen. Chandra, der Mond, führt Dich augenblicklich in Resonanz mit Deiner Seele, Dein Gefühl und Deine Intuition, so dass Du aus dieser inneren Kraft Ruhe und Gelassenheit schöpfen kannst. In dieser Stunde verneigst Du Dich vor Deiner mondhaften Seite und wendest Dich ihr zu. Mit verschiedenen Asana-Flows stärkst und harmonisierst Du Deine Lebenskraft und bringst sie in Fluss.
Lucia Nirmala Schmidt

554 X.CO – Run and Walk

Zum Body-Stylen. Noch etwas ausgereifter das X.CO-Konzept, jetzt für Group Fitness. Die intelligente Power-Rehabilitation für den ganzen Körper. Power und Dynamik kombiniert mit exzellentem, extremem Workout für Muskulatur und kollagenes Bindegewebe.
Barbara Klein

555 Bewegen + Entspannen

Ein Bewegungskonzept, welches auch optimal als Fatburnertraining oder als Aufwärmprogramm für eine Rückentrainingsstunde eingesetzt werden kann. Einfache Low Impact Aerobic-Grundschritte werden verbunden mit traditionellen chinesischen Bewegungsabläufen. Die weichen, fließenden Bewegungen lösen Verspannungen, regen die Durchblutung an und verbessern Beweglichkeit und Koordination. Dieses sanfte Herzkreislauftraining mit schnell nachvollziehbaren Bewegungselementen, ist für Einsteiger, wie Fortgeschrittene, Frauen, wie Männer optimal geeignet. Man kann Abschalten, Schwitzen und fühlt sich danach entspannt und voller Energie. Die außergewöhnliche, sehr ansprechende Musik und die bewusst gewählten Bilder zur Bewegungsbeschreibung vervollständigen dieses ganzheitliche Trainingsprogramm.
Marion Mödinger

556 Pilates based Exercises

Die ultimative Toningstunde mit Übungen und neuen Anregungen, die auf die Prinzipien der Pilates-Methode aufbauen. Wie bekomme ich auch Männer in die Pilates-Stunde!
Dubi Miksa

557 Aerobic Beginner

Schritt für Schritt entsteht eine einfache Choreografie auf abwechslungsreiche fetzige Musik. Dynamik, Kraft und Flexibilität werden von Dir gefordert. Eine Performance für Kids und Teens zum weiter verschenken!
Tanja Ade

558 Rückentraining mit dem Gymnastikstab

In Verbindung mit fetziger Musik und Low Impact Grundschritten aus dem Aerobic liegt der Schwerpunkt auf der Kräftigung, Stabilisation und Mobilisation der Wirbelsäule. Es werden hauptsächlich die Muskelgruppen trainiert, welche die Wirbelsäule aufrichten und einen Ausgleich zur Alltagsbelastung schaffen. Gearbeitet wird dabei mit dem eigenen Körpergewicht und einem Gymnastikstab als Hilfsmittel.
Marion Mödinger

561 Standing Pilates

Standing Pilates bringt Abwechslung in bisherige Pilates-Trainingseinheiten und verbindet Zentrierung, Balance und Bewegungsfluss zu einem tänzerischen Workout. Bei Standing Pilates werden die Matten-Übungen im Stand umgesetzt, um korrekte Ausrichtung, axiale Verlängerung der Wirbelsäule und funktionelle Positionen zu trainieren.
Lucia Nirmala Schmidt

562 HOT IRON™ HOT IRON™

The next Step! Step 1 des IRON SYSTEM™: Für alle, die mit normalen Workoutklassen nicht mehr genug Trainingseffekte erzielen! Echtes Kraftausdauertraining für Hanteleinsteiger bei dem mit viel Spaß deutlich mehr Trainingseffekte als bei regulären Workoutklassen erzielt werden!
Sandra M. Gruber + Susan Zierold

563 Fit Step

Einfache, abwechslungsreiche Grundschritte der Step-Aerobic werden mit verschiedenen Formationen und Ebenen kombiniert. Lass Dich überraschen und mitreißen beim Entstehen einer fetzigen Choreografie!
Tanja Ade

Workshops

564 IRON CROSS™ IRON CROSS™

Step 3 des IRON SYSTEM™: Die Überholspur im Gruppentraining für Muskelstraffung und Körperfettreduktion. Die IRON CROSS™ ist in ihrer Struktur und Beanspruchungsform der Muskulatur weltweit einzigartig – und auch einzigartig effektiv!

Sandra M. Gruber + Susan Zierold

565 FLEXI-BAR Tone mit Step

In dieser intensiven Kräftigungsstunde kombiniert Barbara die Vorteile des erhöhten Steps, um Bein- und Gesäßmuskulatur zu fordern und integriert für den Oberkörper den FLEXI-BAR. Einsteiger halten das Step tief und die Amplitude klein. Jeder kommt bei dieser Stunde mächtig ins Schwitzen und verbrennt bei großem Spaß viele Kalorien.

Barbara Klein

566 IRON BACK™ IRON BACK™

Der Rückenkurs des IRON SYSTEM™: Das Thema "Healthy Back" wird von einem anderen Blickwinkel betrachtet und behandelt als in vielen anderen Konzepten. Die Belastungen werden hier nicht vermieden sondern zum Nutzen der Teilnehmer gesteuert.

Sandra M. Gruber + Susan Zierold

567 Athletic Move

Ein ganz besonderes Workout-Training, welches aktuelle Ergebnisse der Sportwissenschaft gelungen und effektiv umgesetzt. Athletic Move ist eine Säule des Trainingskonzeptes „Athletic Rituals“. Es wird in Bewegungsritualen geübt. Bewegungsverbindungen, die zunächst gemeinsam erlernt werden, erlauben schon nach kurzer Zeit ein Üben im eigenen Rhythmus im eigenen „FLOW“! Athletic Move ist ein Stabilitätstraining der besonderen Art. Sowohl die kleinen stabilisierenden Muskeln unseres Körpers wie auch der äußere Stützapparat werden intensiv und effektiv trainiert. Ein Spiel zwischen Haltung und Bewegung, zwischen Stabilität und Instabilität stellt für uns immer wieder neu eine Herausforderung dar. Nimm diese Herausforderung an und sei dabei – bei Athletic Move.

Chris Harvey

568 IRON CROSS™ IRON CROSS™

Step 3 des IRON SYSTEM™: Die Überholspur im Gruppentraining für Muskelstraffung und Körperfettreduktion. Die IRON CROSS™ ist in ihrer Struktur und Beanspruchungsform der Muskulatur weltweit einzigartig – und auch einzigartig effektiv!

Sandra M. Gruber + Susan Zierold



Kongresse — Conventions — Fachtagungen

Fachtagung Eltern-Kind-Vorschulturnen	22.02.2008	23.02.2008	Bartholomä
Fachtagung Gymnastik	05.04.2008	05.04.2008	Bartholomä
Aerobic Special	26.04.2008	27.04.2008	Ulm
GYMWELT Convention Tour	14.06.2008	15.06.2008	Stuttgart
Turnfest-Akademie im Rahmen des Landesturnfestes in Friedrichshafen	04.07.2008	05.07.2008	Friedrichshafen
Summer Dance Academy	29.08.2008	03.09.2008	Bartholomä
Fachtagung Jugend	13.09.2008	14.09.2008	Bartholomä
Fachtagung Erwachsene	11.10.2008	12.10.2008	Albstadt
Turn-Symposium International	24.10.2008	26.10.2008	Stuttgart
DTB-Kongress Choreografie	17.10.2008	19.10.2008	Stuttgart
10. Stuttgarter Aerobic Convention	15.11.2008	16.11.2008	Stuttgart

Alle Kongresse, Conventions, und Fachtagungen werden vom Schwäbischen Turnerbund ausgerichtet. Weiter Informationen erhalten Sie unter der Telefonnummer 0711/280 77-200 oder unter www.stb.de

Online-Anmeldung

Einfach und bequem online anmelden. Unter www.dtb-gymnet.de gelangen Sie direkt zu unserem Online-Meldetool. Das Verfahren erklärt sich dann Schritt für Schritt von selbst. Folgende Schritte müssen Sie tätigen:

1. Anmeldung / Neuanmeldung (Ihr Passwort wird Ihnen dann per E-Mail zugesandt)
2. Unter „Kongresse“ die 9. Stuttgarter Aerobic Convention auswählen
3. AGBs akzeptieren
4. Kontodaten eingeben
5. Teilnahmegebühr buchen
6. Workshop aussuchen und buchen
7. Einzugsermächtigung erteilen – fertig!

Hinweis: Aus Sicherheitsgründen ist die Online-Anmeldung personen- gebunden, d.h. pro E-Mail-Adresse kann sich nur eine Person anmelden.

Achtung: Eine einmal getätigte Buchung kann nicht selbständig geändert werden, sondern muss schriftlich beim STB-Bildungswerk unter folgender Adresse beantragt werden:

STB-Bildungswerk,
9. Stuttgarter Aerobic Convention,
Postfach 501029, 70340 Stuttgart,
Fax 0711/28077-270.

Anmeldeschluss für das Online-Verfahren ist der 2. November 2007.

Lizenz-/Zertifikatsverlängerung (DTB-Trainer/Übungsleiter)

Pro Tag werden 5 LE zur Lizenzverlängerung und zur Verlängerung für alle DTB-Trainer-Zertifikate anerkannt. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Verlust von persönlichen Sach- und Wertgegenständen.

Schriftliche Anmeldung

Bitte verwenden Sie nur ein Anmeldeformular pro Person (siehe folgende Seite).

Erst der komplette Betrag berechtigt zur Teilnahme an der 9. Stuttgarter Aerobic Convention. Jeder Teilnehmer erhält zum Termin des Anmeldeschlusses eine Buchungsbestätigung. Für die Bearbeitung einer schriftlichen Anmeldung erheben wir in diesem Jahr eine Bearbeitungsgebühr von 5,- Euro.

Unbedingt beachten: Bitte tragen Sie auf dem Anmeldeformular die Nummern der Workshops ein, die Sie besuchen möchten.

Bitte geben Sie jeweils auch die Nummer des Workshops Ihrer 2. Wahl an, damit wir Ihnen im Fall eines bereits ausgebuchten Workshops eine Alternative anbieten können. Eine Anmeldung ist nur bei Eingang einer unterschriebenen Einzugsermächtigung in Höhe der gebuchten Leistungen gültig. Telefonische Anfragen können auch an die Hotline 0711/28077-200 gerichtet werden.

Anmeldeschluss für die schriftliche Anmeldung ist der 2. November 2007.

Übernachtung und Verpflegung

Für die Conventioneilnehmer/innen bieten wir in folgendem Hotel Übernachtungsmöglichkeiten an: Ascot Hotelbetriebs GmbH, Stettiner Straße 27, 71254 Ditzingen (Erreichbar über die A8/A81, ca. 30 km von der Messe entfernt) Die Zimmerreservierung erfolgt über die STB-Geschäftsstelle.

Bitte geben Sie bei einer Doppelzimmerbuchung Ihren gewünschten Zimmerpartner mit auf dem Anmeldeformular an (siehe folgende Seite).

Weitere Hotels und Pensionen können Sie bei der Stuttgart Marketing GmbH Lautenschlagerstr. 3 70173 Stuttgart Tel.: 0711/2228-233 erfragen oder unter www.stuttgart-tourist.de buchen.

Verpflegungsmöglichkeiten gibt es in der Neuen Messe.

NEU - NEU - NEU - NEU

Veranstaltungsort

Neue Messe Stuttgart, Flughafen www.messe-stuttgart.de

Anfahrtsbeschreibungen

S-Bahn

Vom Stuttgarter Hauptbahnhof mit der S2 oder S3 in Richtung Flughafen (Filderstadt) / Neue Messe Stuttgart.

Auto

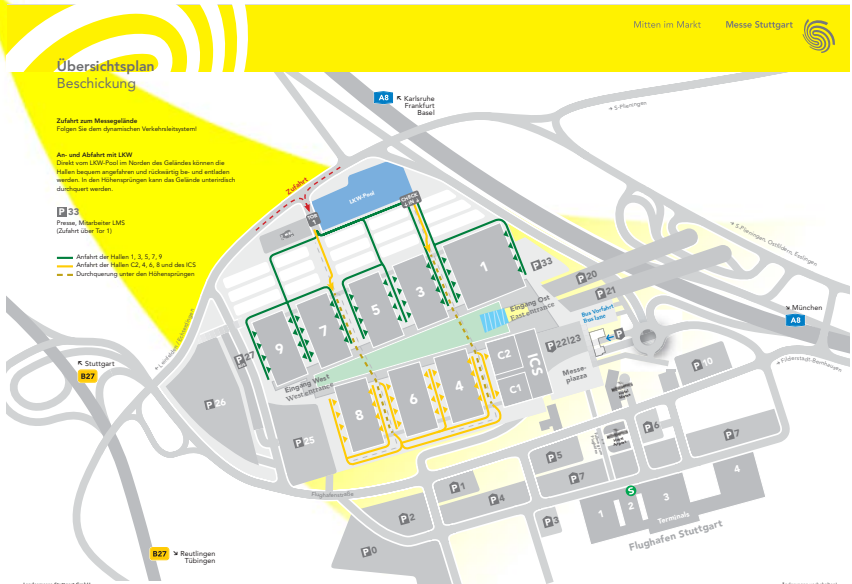
Autobahn A8 Ausfahrt Stuttgart-Flughafen

Parken

7.300 Parkplätze direkt am Messegelände

Flugzeug

Die Terminals sind etwa 200m vom Messegelände entfernt und können gut zu Fuß erreicht werden.



Anmeldung



An STB-Bildungswerk
Postfach 50 10 29
70340 Stuttgart

Telefon 0711/28077 -200
Telefax 0711/28077-270
E-Mail: convention@stb.de

Hiermit melde ich mich für die **9. Stuttgarter Aerobic Convention** am 17./18. November 2007 an.

**Online-Anmeldung
unter www.dtb-gymnet.de**

Teilnahmegebühren	GYMCARD-Preise <small>Ermäßigung</small>		
	Frühbuchertarif 05.10.2007	Normalbuchertarif 02.11.2007	Gruppe
1 Tageskarte	<input type="checkbox"/> 64,- €	<input type="checkbox"/> 72,- €	<input type="checkbox"/> 56,- €
2 Tageskarten	<input type="checkbox"/> 112,- €	<input type="checkbox"/> 126,- €	<input type="checkbox"/> 98,- €

Teilnahmegebühren	Regulärer Preis		Gruppentarif (ab 5 Pers.)	
	Frühbuchertarif 05.10.2007	Normalbuchertarif 02.11.2007	Frühbuchertarif 05.10.2007	Normalbuchertarif 02.11.2007
1 Tageskarte	<input type="checkbox"/> 108,- €	<input type="checkbox"/> 120,- €	<input type="checkbox"/> 84,- €	<input type="checkbox"/> 96,- €
2 Tageskarte	<input type="checkbox"/> 162,- €	<input type="checkbox"/> 180,- €	<input type="checkbox"/> 126,- €	<input type="checkbox"/> 144,- €

Ja, ich habe eine GYMCARD mit der Nr. _____ und möchte den Gymcardtarif in Anspruch nehmen (eine GYMCARD können Sie unter www.gymcard.de beantragen). Bei Gruppenmeldungen (ab 5 Personen) bitte pro Person ein Anmeldeformular verwenden. Folgende Personen gehören zur Gruppenanmeldung (bitte Vor- und Zuname notieren):

1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____

Adresse _____

Name _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort _____ Verein _____

Telefon _____ E-Mail _____

Ich möchte folgende Workshops besuchen

Bitte unbedingt mit gültigen Workshop- bzw. Ausbildungsnummern ausfüllen. Bitte geben Sie auch Ihre 2. Workshopwahl an, um Ihnen im Falle einer Überbuchung eine Alternative anbieten zu können! Es gilt das Datum des Post- bzw. Faxeingangs der Anmeldung.

Samstag, 17.11.2007	1. Wahl	2. Wahl	Sonntag, 18.11.2007	1. Wahl	2. Wahl
10.30 – 11.45 Uhr	_____	_____	09.30 – 10.45 Uhr	_____	_____
12.30 – 13.45 Uhr	_____	_____	11.30 – 12.45 Uhr	_____	_____
14.30 – 15.45 Uhr	_____	_____	13.30 – 14.45 Uhr	_____	_____
16.30 – 17.45 Uhr	_____	_____	15.30 – 16.45 Uhr	_____	_____

Ich buche verbindlich folgende Übernachtung

Ascot Hotelbetriebs GmbH, Stettiner Straße 27, 71254 Ditzingen

EZ 75,- € DZ 90,- € Name des/der Zimmerpartners/in: _____

Einzugsermächtigung

Hiermit erteile ich die Genehmigung zum einmaligen Einzug der anfallenden Gebühren der oben stehenden gebuchten Leistungen. Die Gebühren setzen sich zusammen:

Teilnahme an der Convention: _____ € + Hotelübernachtung: _____ € = **Gesamt:** _____ € zuzüglich 5,- € Bearbeitungsgebühr bei schriftlicher Bewerbung

Die Bestimmungen erkenne ich hiermit an.

Bankinstitut: _____ Kto.Nr.: _____ BLZ: _____

Kontoinhaber/in: _____ Datum, Unterschrift: _____

Bestimmungen

Bei einer schriftlichen Anmeldung erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 5,- €. Jeder Rücktritt muss grundsätzlich schriftlich erfolgen. Anmeldungen nach dem 02.11.2007 können aus organisatorischen Gründen nur gegen eine Gebühr von 10,- € bearbeitet werden. Bei Stornierung bis zum 02.11.2007 (einschließlich) wird eine Gebühr von 15,- € erhoben. **Bei Stornierung nach dem 02.11.2007 werden 50% der gebuchten Leistung fällig.** Anmeldungen ohne Einzugsermächtigung bzw. Verrechnungsscheck können nicht bearbeitet werden.

EnBW

EnBW AEROBIC-WM

ULM 2008

22.-27. April



Info:

0711 / 28 077-277

www.enbw-aerobic-wm.de



Deutscher
Turner-Bund
DTB

Stadt Ulm

ulm

LONGINES