



# Turnverband Rechter Niederrhein e.V.

Verband für Spitzen-, Breiten-, Gesundheits- und Freizeitsport im Rheinischen Turnerbund

Oberhausen, Januar 2012  
R.-Nr. 0412

An alle Vereine im Turnverband Rechter Niederrhein e. V.  
mit der Bitte um Weiterleitung an alle Trainer/innen, Übungsleiter und Interessierte

## Ausschreibung:

Lehrgang: Pilates  
Veranstalter: Turnverband Rechter Niederrhein  
Bereiche: Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport, Sport mit Älteren, Gymnastik,  
Tanz, Aerobic,  
Ort: 46562 Voerde, Turnhalle Steinstraße, Realschule, gegenüber Kindergarten!!  
Zeitpunkt: Samstag, 17.03.2012 von 14.00 -18.30 Uhr  
Referentin: Karin Pfeiffer, DTB-Trainerin Pilates , DTB-Trainerin GroupFitness  
Lehrgangsleitung: N.N.  
Zielgruppe: Trainer/innen , Übungsleiter/innen und Interessierte  
Teilnehmerzahl: max. 25 Teilnehmer  
Lehrgangsgebühr: je Teilnehmer(in) 15,00 €  
Überweisung: Turnverband Rechter Niederrhein Kennwort: Pilates, R.-Nr.0412  
Kto: 50605955, BLZ: 36550000, Sparkasse Oberhausen  
Meldeschluss: Samstag, 03.03.2012

## Buchung über das Anmeldeformular des TV R N ([www.tv-r-n.de](http://www.tv-r-n.de)) an:

Turnverband Rechter Niederrhein, Dieter Börgers  
Frankenstr. 6, 46147 Oberhausen  
Fax 0208 – 688682, E-Mail: [info@tv-r-n.de](mailto:info@tv-r-n.de)  
Infos: Ursel Lefort, 02855-18116, E-Mail: [u.lefort@tv-r-n.de](mailto:u.lefort@tv-r-n.de)  
*Meldungen erfolgen unter Angabe von Verein, Namen, Adresse und Tel.-Nr.  
evtl. auch E-Mail-Adresse des Ansprechpartners*

**Inhalte des Lehrgangs: Viel Praxis !!** -Pilates, das erste Mal  
-Standing Pilates  
-fließende Übergänge erarbeiten  
-Bewegung im Fluss

**Bitte zum Lehrgang eine warme Decke, warme Socken und eine Gymnastikmatte mitbringen**

6 LE werden zur ÜL-Lizenzverlängerung angerechnet  
Mit freundlichen Grüßen  
Ursel Lefort, Verantwortliche Breitensport