



## Kick-Boxen im TGV:

### Fitnessstraining – geeignet für Männer und Frauen ab 15

### KEIN Wettkampftraining – keine Verletzungsgefahr!

**Der TGV Bonn bietet ab September 2018 einen 15 – wöchigen Kurs „Kick-Boxen“ an.**

Kick-Boxen ist ein Selbstverteidigungssystem, das Elemente aus Karate und Boxen vereint. Es eignet sich außerdem hervorragend zum Stressabbau und zur Verbesserung von Allround Fitness - aerober und anaerober Kondition - Kraft und Schnellkraft. Nicht zuletzt stärkt Kick-Boxen das Selbstvertrauen und steigert die Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit.

Der Einstieg ist auch ohne Vorkenntnisse möglich, setzt aber eine Grundkondition voraus. Das Training beinhaltet Techniktraining an Pratzen und am Partner

([https://www.youtube.com/watch?v=4\\_33-GH-UCA&feature=share](https://www.youtube.com/watch?v=4_33-GH-UCA&feature=share)) sowie Sparring (freiwillig). Der Sport hat dank vieler mutiger Frauen wie Weltmeisterin Dr. Christine Theiss oder Marie Lang (<https://www.youtube.com/watch?v=E57pBzL8xi8>) sowie Sarah Liegmann aus dem Bonner Raum (<https://www.youtube.com/watch?v=xUmE7AyFIMA>) sein Schmutzimage verloren.

**Bitte beachten:** Sie trainieren in alltäglicher Sportbekleidung, benötigen aber eine Schutzausrüstung, die aus Boxhandschuhen, individuellem Mundschutz, Schienbein- und Fußspannschützer, ggf. Tiefschutz besteht (insgesamt ca. 120 €), bei Sparring außerdem Kopfschutz (ab ca. 40 €).

Ort: Turnhalle der Rheinschule, Am Propsthof 102, in Bonn-Endenich

Zeit: Samstags von 17.30 Uhr – 19.00 Uhr

Dauer: 1.9.2018 – 8.12.2018, in den Herbstferien findet der Kurs statt. Sollte eine Stunde nicht stattfinden können, wird diese nachgeholt.

**Leitung:** Hans Alef (4. Dan Kick-Boxing, Trainer für Kick/Thaiboxen, 2. Dan Taekwon-Do).

Die Kursgebühr für 15 Einheiten à 90 Minuten beträgt **60,00 €** (für Vereinsmitglieder **50,00 €**). Sie ist auf das Vereinskonto mit der IBAN DE73 3705 0198 0018 5803 24 bei der Sparkasse Bonn zu überweisen, sobald bekannt ist, dass der Kurs zustande kommt.

**Der Kurs kommt zustande, wenn sich mindestens 9 Teilnehmer anmelden!**

**Die maximale Teilnehmerzahl beträgt 20. Anmeldeschluss: 25.8.2018.**

**Bitte beachten Sie die Teilnahmebedingungen für Kurse auf <http://www.tgv-bonn.de/sportbereiche/Teilnahmebedingungen-Kurse.htm>.**

Anmeldungen bitte nur auf dem beigefügten Formular entweder per Post an: **Eva Günther, Lipschitzstr. 20, 53121 Bonn** oder per Mail an **e.guenther@tgv-bonn.de**.



# Turn- und Gymnastik-Verein Bonn 1967 e.V.

## Anmeldung (verbindlich) zum Kurs Kickboxen

Kursbeginn: 1.09.2018 Kursende: 8.12.2018  
Dauer: 15 Einheiten (1x pro Woche) à 90 Minuten

In den Herbstferien findet der Kurs statt !!

**Anmeldeschluss: 25.08.2018**

---

Name, Vorname	Geburtsdatum
---------------	--------------

---

Adresse

### Freiwillige Angaben

---

Telefon / Handy	E-Mail
-----------------	--------

---

Sind Sie Mitglied ? ja  nein ; Kosten: für Mitgl.: 50,00 €, für Nichtmitgl.: 60,00 €

**Es gelten die allgemeinen Kursbedingungen des TGV Bonn (siehe <http://www.tgv-bonn.de/sportbereiche/Teilnahmebedingungen-Kurse.htm>).**

- Mit der Anmeldung stimme ich der Verarbeitung meiner Daten gemäß der nachstehenden Datenschutzerklärung des TGV Bonn 1967 e.V. zu.**
- Ich bin damit einverstanden, dass der Verein mich zu Vereinszwecken telefonisch und / oder per Mail kontaktiert. Mir ist bekannt, dass ich diese Einwilligung jederzeit widerrufen kann.**
- Ich möchte auch nach Kursende über neue TGV-Kursangebote informiert werden.**

---

Ort, Datum	Unterschrift
------------	--------------

---

Sobald Sie einen Platz in einem Kurs bekommen, werden wir Sie rechtzeitig per E-Mail oder telefonisch benachrichtigen. Bitte überweisen Sie die Kursgebühr bis eine Woche vor Kursbeginn auf das unten angegebene Konto bei der Sparkasse Bonn.

**Anmeldung** einscannen und mailen an: **Eva Günther**, E-Mail: [e.guenther@tgv-bonn.de](mailto:e.guenther@tgv-bonn.de)  
oder per Post: E. Günther, Lipschitzstr. 20, 53121 Bonn

Geschäftsführerin:  
Gudrun Kuckelmann  
Tel.: 0228-88 66 80 7  
E-Mail: [info@tgv-bonn.de](mailto:info@tgv-bonn.de)  
[www.tgv-bonn.de](http://www.tgv-bonn.de)

1. Vorsitzender:  
*Markus Porwollik*  
Tel.: 0228-96 38 21 4  
Vereinsregister:  
Amtsgericht Bonn VR 4050

Bankverbindung:  
Sparkasse KölnBonn  
IBAN: De 73 3705 0198 0018 5803 24  
BIC: COLSDE33XXX  
Finanzamt Bonn-Innenstadt, Steuer-Nr.  
205/5769/0791

## **Datenschutzerklärung gem. EU DSGVO**

Ich willige ein, dass der **TGV Bonn 1967 e.V.** als verantwortliche Stelle die im Aufnahmeantrag erhobenen personenbezogenen Daten wie Name, Vorname, Geburtsdatum, Adresse, ggf. E-Mail-Adresse, Telefonnummer und Bankverbindung ausschließlich zum Zwecke der Mitgliederverwaltung, des Beitragseinzugs und der Übermittlung von Vereinsinformationen durch den Verein verarbeitet und nutzt.

Eine Übermittlung von Teilen dieser Daten an die jeweiligen Sportfachverbände erfolgt, soweit dies zum Zwecke der Organisation eines Spiel- bzw. Wettkampfbetriebs und zum Zwecke der Einwerbung von öffentlichen Fördermitteln notwendig ist. Eine Datenübermittlung an Dritte, außerhalb der Fachverbände findet nicht statt. Eine Datennutzung für Werbezwecke findet ebenfalls nicht statt.

Bei Beendigung der Mitgliedschaft bzw. des Kurses werden die personenbezogenen Daten gelöscht, soweit sie nicht entsprechend der steuerrechtlichen Vorgaben aufbewahrt werden müssen oder soweit künftig Informationen über Kursangebote gewünscht werden.

Jedes Mitglied hat im Rahmen der Vorgaben des Bundesdatenschutzgesetzes das Recht auf Auskunft über die personenbezogenen Daten, die zu seiner Person bei der verantwortlichen Stelle gespeichert sind. Außerdem hat das Mitglied, im Falle von fehlerhaften Daten, ein Korrekturrecht.

Siehe auch Datenschutzerklärung unter [www.tgv-bonn.de/datenschutz.htm](http://www.tgv-bonn.de/datenschutz.htm)

### **Der Widerruf ist zu richten an:**

TGV-Geschäftsstelle; Gudrun Kuckelmann; Londoner Str. 15; 53117 Bonn;  
E-Mail: [info@tgv-bonn.de](mailto:info@tgv-bonn.de)