

**Anmeldung
Massageseminar
für Kinder und Jugendliche im
Alter von 12 bis 16 Jahren am
23.02.2013 in Bergkamen**

Hiermit melde ich meinen Sohn/Tochter zum
Massageseminar in Bergkamen an:

Name: _____

Vorname: _____

Straße/Nr.: _____

PLZ/Ort: _____

Geb.-Datum: _____

Telefon: _____

Email: _____

Verein: _____

Datum Unterschrift der Eltern

Die Vergabe der Plätze erfolgt in Reihenfolge
der eingegangenen Zahlungen. Die Bankver-
bindung wird nach Eingang der Anmeldung
per Mail zugestellt.

www.radsportjugend-nrw.de

Anmeldemöglichkeiten:

Andreas Brembeck
Hinterm Berg 40
42551 Velbert
Telefon: 0175/1963088
Email: info@radsportjugend-nrw.de

Simone Schlösser
Im Wiesengrund 13
41066 Mönchengladbach
Email: info@radsportjugend-nrw.de

**Die Anmeldung ist per Email (Anmel-
dung einscannen) oder Post möglich. Es
können nur vollständig ausgefüllte und
unterschiedene Anmeldungen akzep-
tiert werden.**

**Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen
begrenzt!**



**Weitere Informationen gibt es im
Internet unter:**

www.radsportjugend-nrw.de

**Massage-Seminar
Regeneration im Sport**

**Massagetechniken
in Theorie und Praxis**



**für Kinder und Jugendliche
im Alter von 12 bis 16 Jahren**

**23. Februar 2013
in Bergkamen**

**Regeneration
Entspannung
Lockerung der Muskulatur**



Massageseminar für Kinder und Jugendliche

Die Radsportjugend NRW lädt Kinder und Jugendliche im Alter von 12 bis 16 Jahren zu einem Massageseminar nach Bergkamen ein.

Dieses Seminar bietet eine Einführung in die Grundtechniken der Massage. Die Teilnehmer lernen verschiedene Methoden zur Linderung von Verspannungen und Muskelschmerzen kennen. Sie werden spüren, was richtig gut tut. Ein Seminar, bei dem die Praxis im Vordergrund steht.



Seminarinhalte:

- Einführung in die Grundtechniken der Massage
- Theoretische Hintergründe zu den Massagetechniken
- Möglichkeiten der Regeneration im Radsport

In diesem Seminar üben die Teilnehmer miteinander Massagetechniken für die Anwendung im Radsport und erfahren ihre Wirkung am eigenen Körper.

Wichtige Informationen im Überblick

Für wen?

Kinder und Jugendliche im Alter von 12 bis 16 Jahren, die Mitglied in einem Radsportverein des RSV NRW sind.

Veranstaltungszeitraum:

Samstag, 23.02.2013
von 09:30 bis 16:00 Uhr

Unser Ziel:

GPS Bergkamen GmbH
Jahnstr. 19
59192 Bergkamen



Eigenleistung:

15 Euro, die Zahlung ist nach Annahme der Anmeldung fällig. Die Bankdaten werden per Email mitgeteilt

Ansprechpartner:

Andreas Brembeck, bbl.radsport@web.de
Simone Schlösser,
simone.schloesser@radsportverband-nrw.de

Anmeldung:

Anmeldungen sind ab sofort schriftlich bis zum 10. Februar 2013 möglich.

Wichtig:

Die Vergabe der Plätze erfolgt nach Reihenfolge der eingegangenen Zahlungen.

Leistungen im Überblick

Folgende Leistungen sind im Preis bereits enthalten:

- Schulungseinheiten Massagetechniken in Theorie und Praxis
- Referentenanteil
- Seminarunterlagen
- Verpflegung vor Ort

Die An- und Abreise zu GPS Bergkamen erfolgt in Eigenregie.



**Veranstalter des
Massageseminars für Kids ist die
Radsportjugend des
Radsportverbandes NRW e. V.**

Radsport  Verband
Nordrhein-Westfalen e.V.
Radsportjugend NRW

in Zusammenarbeit mit



**Ganzzeitlich orientierte
Physiotherapieschule Bergkamen GmbH**