

- Ring- und Stemmclub 1905 Rehau e.V. -

*** Sofienstraße 26 * 95111 Rehau ***

* Ringerhalle Rehau *

* Tel. 0 92 83 7 89 99 86 *

e-mail: info@rsc-rehau.de

Vereinsregister AG Hof: Sitz: Rehau, VR 525
Satz / Layout und V.i.S.d.P.: Max Köppel



Bitte
Ausreichend
Fraktieren!

Antwort:

RSC 1905 e.V. Rehau
1. Vorsitzender
Max Köppel
Elsternstraße 9
95111 Rehau

Anmeldung:

Hiermit wird/werden folgende Person (en) zu umseitig angekreuzten RSC-Kurs angemeldet:

- Bitte je Kurs/Teilnehmer eine Anmeldekarte verwenden!

Absender

Name(n) Vorname(n)

Straße, Haus-Nr. Geburtsdatum

PLZ, Ort

Tel.-Nr. E-Mail

Die fällige (n) Kursgebühr (en) werden nach Rechnungsstellung per Banküberweisung beglichen:

Ort Unterschrift (en)
ggf. d. Erziehungsberechtigten

• Qi Gong – Der chinesische Weg für ein langes Leben



Qi Gong – Die 18 Übungen der Harmonie – geeignet für Anfänger, Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger!

Dauer: 12 Einheiten a´90 Minuten

Kursgebühren: 104,50 € (Mitglieder 84 €)

Leitung: ärztlich zertifizierte Qi-Gong- u, Diplom Yoga-Lehrerin Elisabeth Affa-Bradley (E-Mail: QiGong.Yoga@web.de)

Zeit: Donnerstag, 17:30 - 19:00 Uhr

Start: Donnerstag, 20. Januar 2011

Ende: Donerstag, 7. April 2011

Achtung: keine AOK-Förderung mehr!

- Beteiligung der übrigen Kassen im üblichem Umfang möglich ! -

• Tanzkurse –

Latein- und Standardtänze
Anfänger + Fortgeschrittene



Dauer: je 10 Einheiten a´ 75 Minuten

Leitung: Ehepaar Manfred u. Doris Schramm, Heimbrechts (VHS Kursleiter)

Zeit: - Grundkurs: 15:30 - 16:45 Uhr
- F-Kurs: 16:45 - 18:00 Uhr
- FF-Kurs: 17:15 - 18.30 Uhr

Start: Sonntag, 9. Januar 2011 (kein Kurs)

Ende: Sonntag, 20. März 2011 23.10.2011)

Kursgebühren:
Nichtmitglieder 65,- € (Paare: 130,- €)
Jugendlich/Studenten/Rentner 45,- €
RSC-Mitglieder: 48,- € (Paar: 96,- €)

• T'ai Chi Ch'uan – Yang-Stil * Kurzform

Dauer: 10 Einheiten a´ 90 Minuten

Leitung: Angela Bayer, Hof, - T'ai Chi Ch'uan-Lehrerin

Kursgebühr: 82,50 € (Mitglieder 64,- €)

Zeit: Dienstag, 18:45 - 20:15 Uhr

Start: Dienstag, 1. Februar 2011

Ende: Dienstag, 12. April 2011
gemeinsame Übungen im Saal der Ringerhalle



(keine Übungen: Fa-Di., 8.3.2011)

Neu-/ Wiedereinsteiger Willkommen!

Ring- und Stemmclub 1905

Rehau e.V.



--- Ringerhalle --- Sauna --- Kraftraum ---

Weitere Informationen und alles Wissenswerte im Internet
www.rsc-rehau.de

- Hatha Yoga
- Qi Gong
- T'ai Chi Ch'uan
- Tanzkurse
- PhysioG-Kurse:
 - **Wirbelsäulengymnastik**
 - **Aquagymnastik**
 - Hallenbad Rehau
 - Hallenbad Schwarzenbach/Saale
- Selbstverteidigung
 - für Erwachsene
 - für Kinder

Kursprogramm

Januar – April 2011

RSC-Kurs-Teilnehmer genießen über BLSV-Kurskarten Unfall- und Haftpflichtversicherungsschutz!

Ringerhalle Rehau / Hallenbäder