



## MTV Köln 1850



### Laufkurse

ab Februar 2013

www.mtv-koeln.de

Der MTV Köln 1850 bietet ab Februar 2013 eine Trainingsmöglichkeit für fortgeschrittene Laufinteressierte. In diesem Laufkurs werden die Teilnehmer durch spezifisches Lauftraining, Laufschule und Laufanalysen fit gemacht. Im Kursangebot ist ein individueller Trainingsplan für weitere Trainingseinheiten enthalten. Das Angebot ist auch zur Vorbereitung auf die Teilnahme an Laufveranstaltungen geeignet. Für alle Laufanfänger und Wiedereinsteiger bietet der MTV ab April 2013 ein gesundheitsförderndes Lauftraining an.



#### Laufkurse

- LK1** Donnerstag 18:30 – 20:00 Uhr  
11 x ab 14.02.2013  
MTV-Anlage, Herler Ring 176
- LK3** Dienstag 18:30 – 20:00 Uhr  
11 x ab 19.02.2013  
MTV-Anlage, Herler Ring
- LK5** „Laufpaket“ LK1 + LK3

**Kosten pro Kurs:** 44,- € MTV-Mitglieder  
66,- € Nichtmitglieder

**Kosten Laufpaket:** 70,- € MTV-Mitglieder  
105,- € Nichtmitglieder

#### Info:

**Jeanette Wilhelm**  
[j.wilhelm@mtv-koeln.de](mailto:j.wilhelm@mtv-koeln.de)  
MTV Köln, Herler Ring 176, 51067 Köln  
Tel.: 9697043 Fax: 9697055

## Anmeldeformular

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geb.: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

MTV-Mitglied:  ja  nein

Kursnummer:

Kosten:

Hiermit melde ich mich verbindlich zu der oben angegebenen Veranstaltung beim MTV Köln 1850 an und akzeptiere die *Allgemeinen Geschäftsbedingungen* (siehe Rückseite).

Datum, Unterschrift:

#### Einzugsermächtigung

Bitte buchen Sie die fällige Kursgebühr von meinem Konto ab:

Kontonummer: \_\_\_\_\_

Kontoinhaber: \_\_\_\_\_

Bankleitzahl: \_\_\_\_\_

Name der Bank: \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift: