

Sportkreis Reutlingen ▪ Klosterstraße 34 ▪ 72793 Pfullingen

Geschäftsstelle: Klosterstraße 34  
72793 Pfullingen

Fon: 07121 / 79 92 66

Fax: 07121 / 79 92 28

E-Mail: [info@sportkreis-reutlingen.de](mailto:info@sportkreis-reutlingen.de)

Internet: [www.sportkreis-reutlingen.de](http://www.sportkreis-reutlingen.de)

## **Einladung zum Thema: „Fit durch Bewegung & Ernährung“**

Sehr geehrte/r Trainer/in,  
sehr geehrte/r Übungsleiter/in,

zur Unterstützung und als Anerkennung Ihrer Tätigkeit möchte ich Sie im Namen des Sportkreises Reutlingen ganz herzlich zum Thema „Fit durch Bewegung & Ernährung“ einladen.

**Termin: 17. November 2018**

**Beginn: 09:00 Uhr**

**Ende: 14:30 Uhr**

**Ort: peb 2, Pfullinger Str.6, 72800 Eningen u. A.**

**Unkostenbeitrag: 20 Euro (zahlbar vor Ort)**

**Teilnehmer: max. 20 Personen (\*Teilnahmebestätigung erfolgt nach Eingangsdatum)**

**Anmeldefrist: 07. November 2018**

Für die Planung bitten wir Sie, Ihre verbindliche Teilnahme mit dem beiliegenden Anmeldebogen an unsere Geschäftsstelle einzureichen.

Ich freue mich sehr auf Ihr Kommen.

Mit sportlichen Grüßen

Dilek Kämmerle  
Referentin Frauen im Sport  
Sportkreis Reutlingen

## Agenda

09:00 – 09:15 Uhr	<b>Anreise</b> ins peb2 Studio
09:15 – 09:45 Uhr	<b>Begrüßung:</b>  1. Karl-Heinz Walter, Sportkreisvorsitzender und Dilek Kämmerle, Referentin Frauen im Sport 2. Vorstellung & Einweisung peb2 Team
09:45 – 10:00 Uhr	<b>Vorbereiten zum Sport:</b> Umziehen
10:00 – 11:00 Uhr	<b>Trainingseinheit:</b> Body Workout
11:00 – 11:15 Uhr	<b>Pause</b> Umziehen / Duschen
11:15 – 13:00 Uhr	<b>„Aspekte der gesundheitsfördernden Ernährung“</b> <b>Leitung Manuel Christian Koller, Ernährungsberater</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Essen: Mehr als schlichte Nahrungszufuhr</li><li>- Ernährungsentscheidungen: Freude oder Frust?</li><li>- Genuss: Neu definiert</li></ul>
13:00 – 14:00 Uhr	<b>Mittagessen</b>
14:00 - 14:30 Uhr	<b>Ausklang und Ende</b>

## ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich verbindlich zur oben genannten Veranstaltung vom Sportkreis Reutlingen e.V. am Sonntag, den **17. November 2018** an.

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Strasse, PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

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

Mittagessen:       vegetarisch                       vegan

Verein/Organisation: \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Die Anmeldung bitten wir bis **spätestens 07. November 2018** zurückzusenden an:

Sportkreis Reutlingen e.V.  
Klosterstrasse 34  
72793 Pfullingen  
Tel. 07121/799030  
Fax.07121/799228  
Mail: [geschaeftsstelle@sportkreis-reutlingen.de](mailto:geschaeftsstelle@sportkreis-reutlingen.de)