

## E i n l a d u n g

<b>Wann?</b>	<b>17. November 2024</b>	<b>9.00 Uhr – 12.00 Uhr</b>
<b>Wo?</b>	<b>Turnhalle Elzweg 4 in Helmstedt</b>	
<b>Wer?</b>	<b>Hans-Joachim – Hajo - Frohne</b>	
<b>Was?</b>	<b>Rücken Fitness</b>	
<b>Unkosten?</b>	<b>5,00 €</b>	

**Bitte mitbringen: Matte, Trinken und etwas Warmes zum Überziehen.**

Herzlich eingeladen sind alle Übungsleiter/innen und auch Teilnehmer/innen aus Euren Gruppen. Für die Lizenzverlängerung werden 4 LE für ÜL-C Erw./Ältere und FÜL C Fit/Ges. angerechnet.

Nach der Anstrengung geht es dann zum **Braunkohlessen ins Schützenhaus**. Aber wir bieten auch ein zweites Gericht zur Auswahl: **Jägerschnitzel**

Für einen Eigenanteil von **5 Euro** könnt Ihr Schlemmen. Wir müssen beim Wirt die bestellten Portionen bezahlen, daher ist die Anmeldung verbindlich!

Beachtet bitte, dass auch die Turnerinnen und Turner die nur zum Essen kommen, die Lehrgangsgebühr in Höhe von 5 € zahlen müssen. **Alle, die am Essen teilnehmen, müssen also insgesamt 10 € zahlen.**

Die Anmeldung bitte an Bärbel Neef, [ba.neef@t-online.de](mailto:ba.neef@t-online.de), Nordstr. 18, 38350 Helmstedt, 05351-3 33 88, bis zum **09.11.24**. Die Anmeldung muss Name, Anschrift und Verein enthalten und zwar für jeden Teilnehmer/in.

Wir freuen uns auf Euch!!!!

Viele Grüße  
Bärbel Neef