



# Paddelklub EDELWEISS

1200 Wien, Handelskai 3a

[www.paddelklub.at](http://www.paddelklub.at)

## SEMINAR SCHMERZARM DURCHS PADDELJAHR

**Leitung:** Roman Palesits, Physiotherapeut

**Kurszeiten:** 25.4.2017, ab 18:00 bis 19:30

**Ort:** Marchhart Bootshaus

### Kursziele:

Trotz unserer Wehwehchen wollen wir Spass beim Paddeln haben!

Ausgehend von unseren individuellen Problemen werden uns Übungen zur Selbsthilfe erklärt. Zusätzlich lernen wir Aufwärmübungen und solche, die wir im Boot sitzend machen können.

Falls es von mehreren TeilnehmerInnen gewünscht wird, können weitere Termine für gezieltes Training „vom Paddelpudding zum Krafterl“ vereinbart werden.

### Teilnahmevoraussetzungen:

Keine Grundvoraussetzungen. Sowohl Anfänger als auch fortgeschrittene Paddler sind willkommen.

### Ausrüstung:

Sport- bzw. Gymnastikleidung. Bei Schönwetter üben wir auf der Wiese vor dem Bootshaus.

**Teilnahmegebühr:** Unkostenbeitrag € 20.- pro Person, zahlbar bei Anmeldung (Vereinskonto: BAWAG-PSK, IBAN: AT48 6000 0000 0776 6756, BIC: OPSKATWW – Verwendungszweck: Physiotherapie+Name) Erst mit der Einzahlung ist die Anmeldung definitiv!

**Anzahl der Teilnehmer:** mindestens 15

**Anmeldung:** wir ersuchen um Anmeldung per E-Mail an: [Info@paddelklub.at](mailto:Info@paddelklub.at)

**Anmeldeschluss:** 18.4.2017

**Stornobedingungen:**

Um Kurse kostendeckend anbieten zu können, bitten wir um Verständnis dafür, dass im Falle einer Verhinderung und/oder Nicht-Bezahlung (unabhängig vom Grund der Verhinderung) Stornogebühren in folgender Höhe anfallen:

50% des Kursbeitrags

- bei einer Abmeldung nach dem Anmeldeschluss
- wenn der Kursbeitrag nicht bezahlt wird und/oder
- bei Fernbleiben nach erfolgter Anmeldung und Bezahlung.

Eine kostenlose Abmeldung ist bis zum Tag vor dem Anmeldeschluss möglich.

Die Stornogebühr entfällt zur Gänze

- a) bei vollgebuchten Kursen (Kursen mit Warteliste), wenn die Verhinderung zeitgerecht bekannt gegeben wird und somit die Teilnahme einer Ersatzperson möglich ist;
- b) bei nicht voll gebuchten Kursen, wenn eine Ersatzperson teilnimmt, die von der verhinderten Person geworben wurde.

**Stand der Ausschreibung:** 2.3.2017