

# Anmeldung

Ich melde mich hiermit **verbindlich** zum **Physio – Relax Kurs** im Turnverein 1907 e.V Geiß-Nidda an:

Name: \_\_\_\_\_  
Vorname: \_\_\_\_\_  
Straße: \_\_\_\_\_  
PLZ, Ort: \_\_\_\_\_  
Telefon: \_\_\_\_\_  
E-Mail: \_\_\_\_\_

(bitte ankreuzen)

- Ich bin Mitglied im TV 07 Geiß-Nidda
- Ich bin kein Mitglied im Turnverein Geiß-Nidda und werde die Kursgebühr von 60 € bei Anmeldung an den Verein überweisen.  
Bankverbindung: Turnverein Geiß-Nidda  
Sparkasse Oberhessen  
IBAN: DE81518500790151002102

Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, wird eine bereits gezahlte Kursgebühr zurückerstattet.

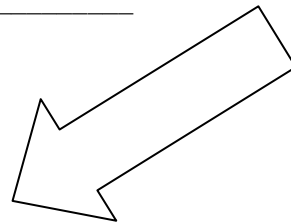
\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

**Anmeldung bitte an:**

Andrea Killmann  
Turnverein 1907 e.V. Geiß-Nidda  
Taufsteinstraße 1  
63667 Nidda

[Andrea.Killmann@tv-geissnidda.de](mailto:Andrea.Killmann@tv-geissnidda.de)  
0176 / 51 42 98 89



# Physio – Relax

## Neues Angebot des Turnvereins Geiß-Nidda

Physio – Relax heißt:

EineinhalbStunden in Ruhe und Entspannung  
Erfahrung darin sammeln, den eigenen Körper von seinen  
Verkrampfungen und Schmerzen loszulassen

Mit Hilfe von

- Übungsformen nach den Lehren der Krankengymnastik u. nach der Methode Feldenkrais
- Atemübungen verbunden mit Dehnungen, die den Rücken entlasten
- Muskelentspannung nach Jacobson

Ich möchte Ihnen / Euch eine Möglichkeit anbieten, mit dem eigenen Körper ohne Leistungsdruck bewusster zu arbeiten.

Treffpunkt ist die Turnhalle Geiß-Nidda, kleiner Saal  
**Montags von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr**

Nichtmitglieder zahlen eine Gebühr für zehn Abende(10-er Karte) von 60 €  
Für Mitglieder des Vereins kostenfrei

Mitzubringen sind eine Decke, ein kleines Kissen für den Kopf und evtl. ein Paar dicke Socken, damit die Füße in der Entspannungsphase warm bleiben.

Ich empfehle eine sehr bequeme Kleidung, die viel Bewegungsfreiheit zulässt.

Turnschuhe sind keine mitzubringen, denn wir üben ohne Schuhe.

Mit sportlichen Grüßen

Ihre / Eure Andrea Killmann

Krankengymnastin und Übungsleiterin  
im Breitensport  
beim Turnverein 1907 e.V. Geiß-Nidda

