

Hol dir Schwung und neue
Ideen zu Saisonbeginn:



Impuls-Seminar Kinderturnen



Foto (C) Ingolf Wöll

88 Workshops
22 Top-Referenten
www.oeft.at/impuls

10.+11. Sept. 2011
NÖ Landessportzentrum
St. Pölten



Österreichs beliebteste
Fortbildung für Vereine,
Schulen, Kindergärten
und Freizeit!



Vorwort ÖFT-Präsident:



Sehr geehrte Damen und Herren, geschätzte Sportfreunde, der ÖFT freut sich sehr, auch heuer wieder ein großartiges „Impuls-Seminar Kinderturnen“ in St. Pölten anbieten zu können. Professor Werner Kulhanek ist es erneut gelungen, ein überaus attraktives zweitägiges Programm zu entwickeln. Nomen est omen: Österreichische und internationale Top-Referenten gönnen allen Teilnehmern starke Impulse für ihren Kinderturn-Unterricht in Schule, Verein und Kindergarten. Ich lade Sie sehr herzlich zur Teilnahme ein!

ÖFT-Präsident
Prof. Friedrich Manseder

Basis-Info:

Kinderturnen ist die beste Basis für lebenslange Fitness!

Klettern, Schaukeln, Hangeln, "Kopf-über", Balancieren, Kunststücke lernen, geschickter werden, Spaß haben und vieles mehr: Vielseitige Bewegung ist für die gesunde Entwicklung unserer Kinder unbedingt notwendig. Beim Impuls-Seminar in St. Pölten bieten heuer 22 Top-Referenten in 88 Workshops sowohl Klassiker, als auch hoch aktuelle Trends & Themen am Puls der Zeit. Erlebe Motopädagogik, Bewegungsspiele, Gerätturnen, Abenteuerturnen, Bewegungsgeschichten, coole Tanzhits, Parkour & Freerun, Kinder-Fitness, Kleinkinderturnen, Slackline, Basics der Rhythmischen Gymnastik, Kids Aerobic, Kleine Spiele, Rhönradturnen, Rope Skipping, Kinder-Partnerakrobatik, Tablett und Line Dance uvm. Sogar deinen eigenen Laufstil lernst du zu optimieren! Das jährliche Impuls-Seminar Kinderturnen in St. Pölten ist Österreichs beliebteste Fortbildung für Verein, Schule, Kindergarten und Freizeit: Hol dir Schwung und neue Ideen zu Saisonbeginn!



Unsere Referentinnen und Referenten:



DI Barbara Aumüller (Ö)

Mitbegründerin des österr. Sportakrobatik-Nachwuchsprogramms, internationale Kampfrichterin, ÖFT-KaRi-Obfrau, Kinderakro-ÜL



Mag. Susanne Baur (Ö)

Sonder-, Heil-, Moto-, Kindergarten- und Montessori-Pädagogin. Motogeragogin. Übungsleiterin für Eltern-Kind- und Kinderturnen



Silke Berberich (Ö)

Entwicklerin von "Jump!", Österreichs neuem Rope-Skipping-Abzeichen. Int. Referentin und Jurorin, ÖFT-Rope-Skipping-Bereichsleiterin, Kinder-ÜL



Mag. Wolfgang Braunauer (Ö)

Bewegungs- und Sportpädagoge, Lehrer der Pädagogischen Hochschule Wien, Gerätturn-/Fit-Lehrwart, Volleyball-A-Lizenztrainer



Uschi Gatol (Ö)

Kindergarten-Pädagogin und Motopädagogin, Aerobic+Fitness-Coach. Staatl. gepr. Lehrwartin, Kid-fit-Fun@-Gründerin. Int. gefragte Referentin



Roman Grießler (Ö)

Schulsportpädagoge aus St. Pölten, Lehrerfortbildungs-Referent für Klettern/Bouldern, Eishockey, Inline-Hockey, Beachvolleyball



Michael Gruhl (D)

International gefragter Kunstturn-Referent und Mädchen-Spizentrainer aus Deutschland, Diplomsportlehrer und Gymnasiallehrer in Detmold.



Antje Hemming (D)

Abenteuer- und Erlebnispädagogin. International gefragte Referentin für Kleinkinder- und Eltern-Kind-Turnen. Autorin mehrerer Fachbücher



Mag. Ulli Mayer-Roth (Ö)

Sportwissenschaftlerin, Uni-Lektorin, Expertin für Prävention-Rekreation, betriebl. Gesundheitsförderung, Sport mit psychisch Kranken



Rene Mihál (Ö)

International tätiger Choreograph und Zumbatrainer, gefragter Kindertanz-Spezialist, Aerobic- und Fitness-trainer



Jasmin Pflügl (Ö)

BSPA-Instruktorin und Kampfrichterin für Sportakrobatik, Österreichische Meisterin 2010, Kinder-Akrobatik-Übungsleiterin in Krems.



Mag. Christina Philippi (Ö)

10-fache EM- und WM-Teilnehmerin in Rhythm. Gymnastik und Sportaerobic, Gefragte Referentin, ÖFT-Bundesfachwartin für Sportaerobic



Michael Schmidt (Ö)

Bewegungs- und Sportpädagoge, Lehrbeauftragter am Universitäts-sportinstitut Wien, ehemaliger Top-Nachwuchs-Kunstturner



Mag. Karin Schrödl (Ö)

Sportwissenschaftlerin und Sportmanagerin, Ex-Kunstturnerin, BSPA-Trampolin-Instruktorin. Mitglied in Österreichs Turn10-Fachkomitee



Gabriela Welk-Jusek (Ö)

ÖFT-Sportdirektorin und Co-Nationaltrainerin für Rhythmische Gymnastik. Reference Judge für RG-WMs. Lehrbeauftragte der Bundessportakademie



Dipl.Sptl. Erik Wöll (Ö)

Sportl. Leiter SMS St. Pölten. PH-/BSPA-Lehrbeauftragter. Kopf vieler Fitness-Conventions. int. Trend-sport-Referent. Ex-Österr. Meister in drei Sportarten.



Marco Förster, BSC (Ö)

Entwickler des "Ropes"-Schlingentrainings in Österreich. Sportwissenschaftler, Konditionstrainer für Profi-Eishockey, Tennis, Ski, Fußball u.a.



Axel Fries (D)

Einer der gefragtesten europäischen Gerätturn- und Kinderturn-Referenten, Dt. Trainerlizenz, Schulsportpädagoge, Fachbuchautor



Susanne Kainz (Ö)

Gefragte Linedance-Referentin. Wechselte nach einer Kunstturnkarriere zum Tanzsport, spezialisierte Trainerin für Kindergarten-/VS-Alter



DI Tina Kretschmer (Ö)

Motopädagogin, beliebte Rope-Skipping-Referentin, Mitentwicklerin des neuen "Jump!"-Abzeichens, ÖFT- Meistertrainerin, Fit- und Kinderturn-Instruktorin



Hans Pichler (Ö)

Pionier und Motor des Rhönradturnens in Österreich, ÖRHÖV-Präsident, WM-Veranstalter, erfolgreicher Rhönrad- und Gerätturn-Trainer



Ralf Schall (D)

Diplomsportlehrer, Dt. Kunstturn-Trainerlizenz, Erlebnis- und Abenteuerpädagoge. Lehrer- und UL-Ausbildungsreferent, Gerätturn-Fachbuchautor

**Mehr Informationen unter www.oeft.at/impuls
Hol dir Schwung und neue Ideen zu Saisonbeginn**

OK-Team Impulsseminar 2011



Prof. Werner Kulhanek
Gesamtleitung
und Organisation



Mag. Robert Labner
ÖFT Ansprechpartner -
Verantwortlicher



Thomas Elmer
Anmeldung,
Verrechnung, Skripten



Daniela Mayer
Anmeldung,
Buchverkauf



Julia Kumpera
Zimmerzuteilung,
Essenbon, Buchverkauf



Bernadette Kiesel
Anmeldung,
Buchverkauf, Geräte



Manuela Kiesel
Anmeldung,
Buchverkauf, Geräte



Gleb Morozow
Anmeldung,
Gerätebereitstellung



Andreas Fritz
Gerätetransport,
Gerätebereitstellung

Layout: grüger mediendesign, 3390 Melk

TERMINE ZUM VORMERKEN:

REEBOK AEROBIC- & FITNESSDAY 24. September 2011

St. Pölten, Sportwelt Niederösterreich
Auskunft und Anmeldung: www.uniontrendsport.at

bewegungsINSPIRATIONEN "binspi" der Sportunion NÖ 6. November 2011 in der Sportwelt NÖ

Info und Auskünfte: www.no.e.sportunion.at und Georg Wimmer g.wimmer@sportunion.at



GmbH

Buchhandlung
BÖCK GmbH
Unterwagramer. 47
3100 St. Pölten

BUCHHANDLUNG
... mit dem persönlichen Service!

So finden Sie uns



St. Pölten-Trainspark
Weitern
Viehofen
Schollerleith Viehofen
Unter-Rattersdorf
Ober-Rattersdorf
Untenwagram
St. Pölten
Oberwagram

NÖ Landessportzentrum

Impulsseminar – SAMSTAG 10. September 2011

Ab 12.30 Uhr Empfang, Anmeldung und Quartiereinteilung. Beim Empfang erhalten Sie Skriptum, Teilnahmebestätigung, Erkennungsband und Essenbon. Begrüßung 14.30 Uhr

Programmänderungen möglich

	Veranst. Halle 1. Eingang West	Veranst. Halle 3. Eingang	Trainingshalle 1. Eingang	Trainingshalle 2 – Süd	Kunstturnhalle	Gymnastikhalle	Lehrsaal 3 unter Wohntrakt	Freiluft oder Laufbahn	Kletterwand	Lehrsaal 2
1 14:45 bis 15:45	Phantasievolles Eltern-Kindturnen: „Wie ein kleiner Schmetterling“ A. Hemming	Freerunning und Parkour: Nutzen von Wänden und Gegenständen ... M. Schmidt	Sesseltanz ... Tanzchoreographie mit Sesseln E. Wöll	Kleine Spiele für Turnstunden mit unterschiedlichen Zielsetzungen R. Schall	Praktisch-methodische Grundlagen zum Gerätturnen A. Fries	Zum selbst erleben. Lauftechnik: Videoanalyse und Technikverbesserung U. Mayer-Roth			Klettern an der Boulderwand: Übungen und Spiele für Kinder R. Griebler	
IN DEN EINHEITEN RHÖNRADTURNEN BITTE UNBEDINGT GESCHNÜRTE HALLENSCHUHE, DICKE SOCKEN UND ENGERE TRAININGSBEKLEIDUNG ANZIEHEN!										
2 16:00 bis 17:00	Eltern-Kind-Turnen mit Alltagsmaterialien A. Hemming	Von der Rolle zum Salto vorwärts und Methodik Salto rückwärts R. Schall & A. Fries	Rope Skipping-Jump4 2: Spaß und kreative Ideen für 2 SpringerInnen in einem Seil T. Kretschmer & S. Berberich	Rhönrad - "Keep rolling", ein Aktiv-Programm für alle Alterstufen. Einführung 1. Teil H. Pichler	Vom Handstand zu Überschlägen vw. (Überschlag – Salto vw) M. Gruhl	Ropes – Schlingentraining theoretischer Hintergrund, Handhabung, prakt. Üben aller Übungen M. Förster	ÖGA für Einsteiger: Ein Gymnastikprogramm zum Kennenlernen für Schule u. Verein G. Welkow-Jusek	Slackline: Für Einsteiger E. Wöll	Klettern an der Boulderwand: Übungen und Spiele für Kinder Wiederholung R. Griebler	
3 17:15 bis 18:15	Kinderturnen im Reich der Farben A. Hemming	Kippen an verschiedenen Geräten R. Schall & A. Fries	Rope Skipping-Vom Langseil zum Double Dutch T. Kretschmer & S. Berberich	Rhönrad Einführung 2. Teil H. Pichler	Kurbetbewegungen - bei der Rückwärtsakrobatik (Rondat-Flick-Flack-Salto rw.) 1. Teil M. Gruhl	Linedance für Anfänger – Country Musik S. Kainz	RG Körpertechnik Erwärmung Flexibilität Rhythm. Gym G. Welkow-Jusek	Slackline: Für Einsteiger Wiederholung E. Wöll		Leitfaden zur Vermittlung von Freude an Sport und Bewegung (v.a. für „Noch- nicht-SportlerInnen“ U. Mayer-Roth
18:15 - 18:45	PAUSE BUCHAUSSTELLUNG UND VERKAUF IM LEHRSAAL 1									
4 18:45 bis 19:45	Bewegen und Denken mit Kleinkindern A. Hemming	Überschläge an Boden, Sprung und Balken R. Schall & A. Fries	Tabletto dance: Tanzchoreographie mit Ikea Tablett E. Wöll	Rhönrad Leistungsformen H. Pichler	2. Teil Kurbetbewegungen bei der Rückwärtsakrobatik (Rondat-Flick-Flack-Salto rw.) M. Gruhl	Linedance für Fortgeschrittene S. Kainz	Rhythm. Gym Körpertechnik Sprünge G. Welkow-Jusek	Ropes – Schlingentraining theor. Hintergrund, Handhabung, prakt. Üben aller Übungen, Wiederholung M. Förster		Turn 10 Aktuelle Fragen zum Programm und zur Bewertung K. Schrödl
BUCHAUSSTELLUNG UND VERKAUF IM LEHRSAAL 1										
5 20:00 bis 21:00	Ringen und Raufen im Kinderturnen A. Hemming	Parkour - Freerunning, vielfältiges Nutzen von Geräten auf spielerische Art und Weise M. Schmidt	Sesseltanz ... Tanzchoreographie mit Sesseln Wiederholung E. Wöll	Turner/innen und der Ball W. Braunauer	Vom Langhangpendeln zu Riesenfelgen und Salto-Abgang am Stufenbarren/Reck M. Gruhl		Rhythm. Gym Körpertechnik Drehungen, Gleichgewichtselemente G. Welkow-Jusek			
ABENDESSEN IM ANSCHLUSS. BITTE ESSENBN BEI DER ANMELDUNG JEDOCH BIS SPÄTESTENS 15.00 UHR BESORGEN.										

IMPULSSEMINAR – SONNTAG 11. SEPTEMBER 2011

ab 8.00 Uhr Anmeldung- nur für neue Teilnehmer: Sie erhalten Skriptum, Teilnahmebestätigung, Erkennungsband und Essenbon. Schlüsselrückgabe für Quartiernehmer der NÖ Sportwelt 8.00 – 11:30 Uhr (Frühstück jeweils im Quartier ab 7:30 Uhr) Begrüßung 9:00Uhr VERANSTALTUNGSHALLE

Programmänderungen möglich

	Veranst.Halle 1. Eingang	Veranst. Halle 3. Eingang	Trainingshalle 1. Eingang		Trainingshalle 2 – Süd	Kunstturnhalle	Kunstturnhalle Bodenfläche	Gymnastik- halle	Lehrsaal 3 unter Wohntrakt	Laufbahn	Kletterwand	Lehrsaal 2	
6	9:15 bis 10:15	Schau mal, was ich alles kann: mit Händen und Füßen	Motopädagogik: Laufspiele und Bewegungsspiele	Absprung und Grundsprünge an Kasten oder Tisch	Grundelem. im Bodenturnen, Handstand, Rad u. Radwende	Rope Skipping-Jump4 2: Spaß und kreative Ideen für 2 SpringerInnen in einem Seil Wiederholung		Pyramiden und andere Kunststücke für Kids 1. Teil		Neue Tanz-Hits für Kindergarten-kids		Technisch-Koordinative Leistungsvoraussetzungen (Theorie)	
		A. Hemming	S. Baur	R. Schall	A. Fries	T. Kretschmer S. Berberich		B. Aumüller J. Pflügl		U. Gatol		M. Gruhl	
7	10:30 bis 11:30	Das Astronautentraining: spieler. Koordinationsförderung für Schüler	Turner /innen und der Ball	Absprung und Grundsprünge an Kasten oder Tisch	Grundelem. im Bodenturnen, Handstand, Rad u. Radwende	Rope Skipping-Vom Langseil zum Double Dutch Wiederholung		Technisch-Koordinative Leistungsvoraussetzungen (Praxis)	Motopädagogik: Experimentieren mit verschiedenen Materialien	Eltern-Kind-Tänze für coole Tanzflöhe	Ropes – Schlingentr. theor. Hintergr., Handbg, prakt. Üben aller Übungen, Wiederholung	Turn 10 Aktuelle Fragen zum Programm und zur Bewertung	
		A. Hemming	W. Braunauer	Wechsel/ Wiederholung		T. Kretschmer S. Berberich		M. Gruhl	S. Baur	U. Gatol	M. Förster		K. Schödl
11:30 - 12:30 MITTAGSPAUSE UND MITTAGSBUFFET. BITTE ESSENBON BEI DER ANMELDUNG JEDOCH BIS SPÄTESTENS 9.00 UHR BESORGEN! BUCHAUSSTELLUNG UND VERKAUF IM LEHRSAAL 1.													
8	12:30 bis 13:30	Spielend Gleichgewicht und Sicherheit finden	Partnerturnen – Gemeinsam sind wir stark	Dance HITS for Kids 6 -12 Jahre			Freie Felgumschwünge	Das Sportabzeichen Akro4Kids als Einstieg in die Sportakrobatik Kl. Kunststücke	Motopädagogik: Entspannung, Einführung in die Motopädagogik	Kids-Aerobic für Einsteiger		Klettern an der Boulderwand: Übungen und Spiele für Kinder Wiederholung	Turn 10 Aktuelle Fragen zum Programm und zur Bewertung
		A. Hemming	A. Fries	M. Mihal		M. Gruhl	B. Aumüller J. Pflügl	S. Baur	Ch. Philippi	R. Grießler	K. Schrödl		
BUCHAUSSTELLUNG UND VERKAUF IM LEHRSAAL 1													
9	13:45 bis 14:45	Wilde Kerle, wilde Spiele – Spiele, die nicht nur Jungs begeistern	Interessante Bewegungsaufgaben	Zumba – Das Tanz – Fitness Training		Freerun. und Parkour, Nutzen von Wänden und Gegenst. die im freien Gelände vorkommen können. Wh.	Kipp-Bewegungen am Stufenbarren/ Reck	Pyramiden und andere Kunststücke für Kids	„Modern“ Linedance für Anfänger	Kids-Aerobic Stundenbilder		Klettern an der Boulderwand: Übungen und Spiele für Kinder Wiederholung	
		A. Hemming	R. Schall A. Fries	M. Mihal	M. Schmidt	M. Gruhl	B. Aumüller J. Pflügl	S. Kainz	Ch. Philippi	R. Grießler			
BUCHAUSSTELLUNG UND VERKAUF IM LEHRSAAL 1													
10	15:00 bis 16:00	Einer für alle, alle für Einen – Kooperation in Gruppen	Viefältiges Nutzen von Geräten auf spielerische Art und Weise. Wiederholung	Dance HITS for Teens 12 – 18 Jahre			Ropes – Schlingentraining Wiederholung	Pyramiden und andere Kunststücke für Kids 2. Teil	Linedance für Fortgeschrittene	Sportaerobic: von der Kids-Aerobic zum Turnen			
		A. Hemming	M. Schmidt	M. Mihal		M. Förster	B. Aumüller J. Pflügl	S. Kainz	Ch. Philippi				
VERABSCHIEDUNG													

IMPULSSEMINAR 2011

Kinder- und Jugendturnen 10.+11. September 2011

Veranstalter: ÖFT Österreichischer Fachverband für Turnen
1040 Wien, Schwarzenbergplatz 10
Verantwortlich: Mag. Robert Labner
Organisation und Seminarleitung: Prof. Werner Kulhanek,
3100 St. Pölten Defregger Str. 4/39,
Tel.Nr. 0043 6642327106 oder E-Mailadresse: turnen.stpoelten@A1.net

Anmeldung:
Anmeldungen werden nur schriftlich entgegengenommen.
Online Anmeldung erspart Geld, ist einfach und bequem:
Anmeldungen per Post: Bitte nur das im Flyer befindliche Anmeldeformular verwenden!
Einzusenden an
Werner Kulhanek 3100 St. Pölten, Defregger Straße 4/39
Sie erhalten von uns das Anmeldeformular mit der Bitte dieses ausgefüllt uns zu retournieren. Wir bitten um Verständnis, dass bei Postanmeldung eine Bearbeitungsgebühr von € 10,00 eingehoben werden muss.

- Anmeldevorgang:**
1. Sobald Ihre Meldung (per E-Mail oder per Post) bei uns eingelangt ist, erhalten Sie von uns eine Rechnung und Zahlungsvorschreibung.
 2. Erst nach Eingang des komplett vorgeschriebenen Betrages, (Teilnehmergebühr, gewünschte CD oder Skriptum bzw. Bearbeitungsgebühr) ist Ihre Meldung gültig. Bitte achten Sie auf die Einzahlungstermine !!!
 3. Unser Veranstaltungskonto
BAWAG P.S.K Kto.Nr. 05410-065-624 BLZ 14000
Ltd. auf Österr. Fachverband f. Turnen,
1040 Wien, Schwarzenbergplatz 10,
 4. Die Zahlungsbestätigung ist die Eintrittskarte zum Seminar.
 5. Nach Anmeldung und Einzahlung erfolgt keine separate Einladung mehr.
 6. Auf Wunsch stellen wir Ihnen eine Rechnung beim Seminar aus.



Rücktrittsbestimmungen:
Jeder Rücktritt muss grundsätzlich schriftlich erfolgen. Bei Rückerstattung des Seminarbetrages wird eine Bearbeitungsgebühr von € 25,00 erhoben. Ein Rücktritt ist nur bis 5. September 2011 möglich. Danach wird der volle Teilnehmerbetrag einbehalten. Es kann jedoch eine Ersatzperson am Seminar teilnehmen.

Unser Veranstaltungsbüro
ist am Samstag, 10.9.11 von 12.00 – 21.00 und
am Sonntag, 11.09.11 von 8.00 bis 16.00 Uhr geöffnet;
(erreichbar sind wir unter 0664/2327106)



Die **Teilnehmerbestätigung** wird bei der Anmeldung überreicht.

Mehr Informationen unter www.oeft.at/impuls

Buchverlag Axel Fries
Der Verlag für Kinderturnen und für TURN10®

Seit 18 Jahren verfassen wir sportpädagogische Literatur rund um das Kinderturnen und das Gerätturnen. Von uns stammen das Methodikbuch zu TURN10® und die Zusatzmaterialien. Praxisbezogene Bücher mit hilfreichen Tipps – insbesondere zu dem Thema: „Wie beschäftige ich alle Kinder gleichzeitig“ helfen bei der Planung von Turnstunden im Breitensportbereich und in der Schule.

- Kinderturnen – Die Geräte lernen uns kennen
- Kinderturnen im Grundschulalter
- Gerätturnen? Klar macht das Spaß!
- Methodikbuch zu TURN10®
- Lernplakate zu TURN10®
- Kopiervorlagen zu TURN10®

www.buchverlag-axel-fries.de – www.bodenturnen.de

Auslieferung in Österreich und Berechnung durch unseren Partner Buchhandlung Schubert in St. Pölten.

ANMELDEFORMULAR per Post an Werner Kulhanek, A-3100 St. Pölten, Defreggerstr. 4/39

Bei Postanmeldung wird eine Bearbeitungsgebühr von € 10,- zusätzlich in Rechnung gestellt.
BITTE DEUTLICH SCHREIBEN UND VOLLSTÄNDIG AUSFÜLLEN. DANKE!

Onlineanmeldung spart Geld! Anmeldevorlagen unter www.oeft.at/impuls

SEMINAR BEITRAG	Regulärer Preis			Ermäßigter Tarif Mitglieder eines ÖFT-Vereines, der Sportunion, Studenten/Innen und Sportpädagogen/Innen		
	Frühbucher bis 1.8.11	Normalpreis bis 5.9.11	Bezahlung vor Ort	Frühbucher bis 1.8.11	Normalpreis bis 5.9.11	Bezahlung vor Ort
1 Tag	☐ 73,-	☐ 83,-	☐ 103,-	☐ 63,-	☐ 73,-	☐ 93,-
2 Tage	☐ 106,-	☐ 126,-	☐ 153,-	☐ 103,-	☐ 123,-	☐ 143,-

10% Preisnachlass bei einer Gruppe ab 5 Personen eines Vereins oder einer Institution wird bei der Veranstaltung rückerstattet.
(Nur eine Rechnung pro Gruppe möglich. Bitte nur mit gemeinsamer Übermittlung aller Anmeldeformulare mit gleicher Vereins-/Institutionsbezeichnung durchführen.)

- Unsere Leistungen:**
- ▶ 22 Topreferenten aus dem In- und Ausland
 - ▶ Freie Wahl aus 5 bzw. 10 Einheiten mit 88 angebotenen Workshops
 - ▶ in den Pausen kostenlos Kaffee- oder Teentnahme.

Auf Bestellung:
☐ Skriptum oder ☐ CD, Kosten € 7,- werden mit dem Seminarbeitrag verrechnet.
Voranmeldung: Kosten sind bei der Anmeldung zu bezahlen, Sie erhalten einen Bon.

Abendessen Samstag nach 21.00 Uhr Angebot:
☐ Tagessuppe, Pute Naturschnitzel mit Reis € 7,-
☐ Tagessuppe Käsespätzle mit Salat € 7,-

Mittagessen Sonntag, 11.30 – 12.30 Uhr – MITTAGSBUFFET € 7.50
☐ Tagessuppe, Pasta Bolognese/ Veg. Sauce
☐ Hausgemachtes Putenragout oder gebackenes Putenschnitzel
Beilage nach Wahl Reis, Kartoffeln, Blattsalat vom Buffet



Quartierkosten Samstag auf Sonntag 10./11. September 2011
Preise verstehen sich inklusive aller Abgaben und Frühstücksbuffet.

NÖ Sportwelt
3100 St. Pölten, Dr. A. Schärffstr. (60 Betten)
Check in Samstag ab 12.30, Check out Sonntag bis 12.30
☐ Zweibettzimmer € 34,- ☐ Einbettzimmer¹ € 44,-
¹ nur beschränkte Anzahl an Einbettzimmern!

Cityhotel Design & Classic, ein Wellnessbereich im Hotel im Preis inkludiert!
3100 St. Pölten Völkplatz 1 (50 Betten)
Check in Samstag ab 12.30, Check out Sonntag nach dem Frühstück
☐ Zweibettzimmer € 44,- ☐ Einbettzimmer¹ € 58,-
¹ nur beschränkte Anzahl an Einbettzimmern!

Name _____ Vorname _____ Titel _____

Straße _____ PLZ/Ort _____

Tel. Nummer _____ E-Mailadresse _____ Datum, Unterschrift _____