

ANMELDUNG für LAUF-SEMINAR # 5 oder/und # V 4

Zwei Möglichkeiten: Sende mir diese Seite mit der Post zurück oder per „maily“.
Postweg: Gerhard Müller - Postfach 26 28 - 91014 Erlangen
„maily“: gerhard.mueller.46@t-online.de

Es wird nur **d i e s e s** “Formular” zur weiteren Bearbeitung herangezogen.

DEUTLICH (insbesondere die „maily-adresse) schreiben **u n d** schwarzen Filzstift verwenden !!

Nachname: _____ **Vorname:** _____

PLZ & Ort: () _____ **Straße:** _____

Geburtsjahr mit Monat (z.B.: 03/1954) __ / 19 __ // Verein: _____

Telefon: _____ / _____ **Handy:** _____ „maily“: _____

Triathlon-Startpass-Nummer: NEIN / JA – dann Nummer: __ / _____ / _____ / _____

BITTE KREUZCHEN SETZEN

Ich nehme teil: LAUF-SEMINAR # 5 (Samstag, 29.09.2012)
 LAUF-SEMINAR # V 4 (Sonntag, 30.09.2012)

auch beide Tage möglich

LAUF-SEMINAR # 5 und # V 4 (Sa. 29.09. und So. 30.09.2012)

G E B Ü H R

habe Startpass - dann € 99,- // habe KEINEN Startpass - dann € 119,-
falls beide Tage gewünscht (€ 10,- bzw. € 15,- günstiger)

habe Startpass - dann € 188,- // habe KEINEN Startpass - dann € 223,-

Zahlungsaufforderung kommt ab Juni !!!

L I Z E N Z V E R L Ä N G E R U N G

JA – möchte die Verlängerung beantragen. Ü-schein mitbringen !!

S E M I N A R O R T

„Sportheim des TB Erlangen“ – Erlangen – Spardorfer Str. 79

Anfahrt- bzw. Fahrgemeinschaften:

ich fahre selbst ich nehme mit: Namen bereits bekannt: _____

komme aus Unterfranken Mittelfranken Oberfranken
 Niederbayern Oberbayern Oberpfalz
 Schwaben _____

und würde bzw. könnte gerne noch ___ Personen mitnehmen.

kann nicht selbst fahren - würde gerne „wo“ mitfahren !!

ab Wohnort _____

könnte auch bis _____ entgegenkommen.

Seite -2 -

Was bieten wir noch – in der Seminargebühr enthalten:

Wenn rechtzeitig da – dann „kleines Frühstück“ (Kaffee oder Tee und Gebäck)

Wir kümmern uns noch:

Mittagessen kann in der Vereins-Gaststätte eingenommen werden.
Essensvorschläge und Preise (human) kommen rechtzeitig.

NUR die Seite – 1- ausfüllen und zurückschicken – wie oben beschrieben –

weitere INFO's:

mitbringen

Schreibmaterial / Stift / Laufsachen für Rasen und eventl. Halle (spez. Hallenschuhe oder saubere Sportschuhe / eventl. alles doppelt – falls 2 Tage) und falls es regnet / Duschsachen / Foto – besser Filmkamera / eventl. auch einen Stick – falls wir „schöne“ Bilder machen. 3 GB sollte er dann schon haben.

Falls Du die „LAUFBIHEL“ von Dr. M.M. schon hast, dann bring diese mit – falls nicht, dann kannst diese auch beim Seminar – falls gewünscht – kaufen. Das gleiche gilt für das „AIREX“-Kissen. Falls bisher kein „AIREX“-Kissen - dann bringe ein großes altes Handtuch mit.

Auch Deine abgelaufen (aber immer noch nicht entsorgten ☺) Laufschuhe bringe mit !

Anfahrtsbeschreibung

wenn gewünscht – dann schreiben – dann gibt's 14 Tage vor dem Seminar die INFO.

Übernachtung ??

– kann Dir Hinweise geben – aber dann bis Mitte August äußern.

Sind bis Mitte August keine Nachfragen eingegangen – dann bitte selber darum kümmern !!

www.erlangen.de - dann TOURISMUS - dann auf „übernachten“

Empfehlen kann ich im „Vorort“ Marloffstein das Hotel/Gasthof ALTER BRUNNEN

09131 / 53 65 - 0 www.alter-brunnen.net

EZ ca. € 38,-- // DZ ca. € 58,--

Liegt ruhig – Blick nach Nürnberg – ca. 4 km vom TB (Seminar) nach Marloffstein.

Vom Hotel (Marloffstein) nach Erlangen ca. 6 bis 8 km