



## Fit for Well – Fitness und Wellness Wochenende in Hachen | 09. – 11.09.2016

Unter dem Motto des Landessportbundes „Bewegt älter werden“ veranstaltet der Ski Club Brühl unter der Leitung von Marion Petz und Harald Darvin wieder ein Fitness und Wellness Wochenende im Sport- und Tagungszentrum Hachen, naturnah im Sauerland in unmittelbarer Nähe des Sorpesees gelegen.

### Was wird geboten?

Ein ausgewogenes und gut abgestimmtes Fitness- und Wellnessprogramm. Zum Programm gehören u. a. eine Wanderung, Yoga mit Marion, Qigong mit Harald, Funktionsgymnastik (Trainer d. Sportzentrums). Abends treffen wir uns in der zum Sportzentrum gehörigen Gastronomie „Tenne“ oder zu anderen Aktivitäten, wie z. B. Sauna oder Kegeln.

Landschaftlich reizvoll und ruhig gelegen bietet das Sport- und Tagungszentrum alles für ein gelungenes sportliches Wochenende. Die Einrichtungen des Zentrums wie z. B. das große Sportschwimmbecken (gratis) und die Sauna (ab 19 Uhr gegen Gebühr) können nach Absprache von den Teilnehmern genutzt werden. Die Doppel- und Einzelzimmer sind modern und funktional eingerichtet. Zum Leistungsumfang gehören zweimal Vollpension bestehend aus: freitags: Abendessen; samstags: Frühstück, Mittag- und Abendessen; sonntags: Frühstück und Mittagessen – als Büfett. (Verzehr in der Tenne ist nicht enthalten).

Ort: **Sport- und Tagungszentrum Hachen / Sauerland**

[www.sport-erlebnisdorf-hachen.de](http://www.sport-erlebnisdorf-hachen.de)

Anschrift: Am Holthahn 1 | 59846 Sundern-Hachen

Datum: **Freitag, 09.09.** (Check-in ab 15.00 Uhr) bis **Sonntag 11.09.2016**

Kosten: **2 Übernachtungen im Doppelzimmer 114 € pro Person** mit Vollverpflegung, **Einzelzimmerzuschlag 33,15 €.**

Gäste sind gegen einen Aufpreis von 10,00 € herzlich willkommen!

Anreise: Die Anreise nach Hachen erfolgt mit dem eigenen PKW. Entfernung Brühl-Hachen ca. 155 km, Fahrzeit ca. 1¼ Stunde. Es können Fahrgemeinschaften gebildet werden, bei denen ich gerne behilflich bin.

Kleidung: Legere und funktionelle Freizeitbekleidung, festes Schuhwerk für die Wanderung. Bequeme Kleidung für Yoga, Qigong und Gymnastik. Eventuell Badekleidung, Handtuch und Bademantel für Schwimmbad und/oder Sauna.

Anmeldung: Bitte schriftlich **bis spätestens 30.03.2016** an:

Marion Petz, Liblarer Str. 111, 50321 Brühl, Email: [skiclub-bruehl@gmx.de](mailto:skiclub-bruehl@gmx.de),

Tel. 02232 / 3031635. Die Plätze sind begrenzt. Es gilt die Reihenfolge der Anmeldung.

Zahlung: Die Teilnehmergebühr ist **bis 30.06.2016** zu überweisen an den **Ski-Club Brühl** |  
IBAN: DE34 3705 0299 0133 0097 90 | BIC: COKSDE33XXX  
Hinweis: Bei Rücktritt fallen evt. Stornogebühren an.

---

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich für das „Fit for Well“ – Gesundheits- und Wellness-Wochenende vom  
09. – 11.09.2016 im Sport- und Tagungszentrum Hachen verbindlich an:

Doppelzimmer:  mit \_\_\_\_\_

Einzelzimmer:  Mitglied  Gast:

*Suche* Mitfahrgelegenheit für  Person/en.

*Biete* Mitfahrgelegenheit für  Person/en.

Kein Interesse / Angebot an einer Mitfahrgelegenheit

Vor- u. Zuname:		
Adresse:		
PLZ		Ort:
Telefon:		Email:
Datum:		Unterschrift:

### Haftungsausschluss:

Im eigenen Interesse wird darauf hingewiesen, dass jeder Teilnehmer ausreichend Unfall-, Haftpflicht- und Krankenversichert sein sollte. Die Haftung der Organisatoren, des Vorstandes, der ehrenamtlich Tätigen und Organ- oder Amtsträger ist auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit begrenzt (Auszug aus § 8 der Satzung). Durch die verbindliche Anmeldung gilt der Passus als akzeptiert.