



VERANSTALTUNG

(X) Mitgliedertraining

(X) Posing-Workshop

Datum: Sonntag, 01.10.2023
Uhrzeit: 12:00 Uhr bis ca. 13:30 Uhr Posing
Ab ca. 13:30 Uhr Training

Location: **Sport- und Gesundheitsstudio Lilienthal**
Zur alten Wörpe 8
28865 Lilienthal bei Bremen

Bundesland: Bremen und Hamburg

Posing-Workshop für folgende Kategorien: Men`s: alle
Women`s: alle

Durchführung: Men`s: Wito Wegner
Women`s: Jana Holm

Inhalte: Lernen, üben und verbessern der Symmetrie- und Pflichtposen, Wettkampfsimulation, Aufzeigen von Stärken und Schwächen, Aufbau einer Kür, etc., Formcheck

Kosten: GNBF e.V. Mitglieder kostenlos, Nichtmitglieder 20€ in Bar

Teilnehmerzahl: Begrenzt, hier gilt die Reihenfolge der Anmeldungen
Training und Posing können natürlich auch separat besucht werden.

Duschkmöglichkeiten

Vorhanden: Ja

Kostenlose Parkplätze

Vorhanden: Ja

Weitere Infos:

Anmeldung/Info: jana_holm@hotmail.de
coachwito.wegner@gmail.com

Anmeldeschluss: 24.09.2023

Bei der Anmeldung bitte angeben:

- Aktives GNBFF-Mitglied: Ja/Nein
- GNBFF Mitgliedsnummer
- T-Shirt Größe
- Teilnahme am Training: Ja/Nein
- Teilnahme am Posing-Workshop: Ja/nein

