RollDichFit e.V.

Andrea Kittler (Cross-Skating-Trainerin)
Tel: 0157/57255200 , Mail: andrea@rolldichfit.de

Anmeldung Cross-Skating-Kurs

Name, Vorname, Geb.-Datum:_____

Anschrift:_____

Kursinformation

Die **Kursgebühr** incl. gestellter Ausrüstung beträgt 70,-€ pro Person. Kinder bis 15 Jahre bezahlen 30€. Familienrabatte können nach Absprache gewährt werden.

Die **Kursdauer** ist für die maximale Teilnehmerzahl auf 3 Stunden angelegt. Bei einer geringeren Teilnehmerzahl kann sich die Kursdauer verkürzen. Dies hat auf die Kursgebühr keinen Einfluss.

Absagen: Wenn das Wetter zu kalt oder nass ist, sage ich den Kurs in der Regel am Abend vorher ab. Wenn es unsicher ist, sage ich in Absprache mit den Teilnehmern evtl. erst am Kurstag rechtzeitig vor Beginn ab. Dafür gib bitte bei der Anmeldung eine Telefonnummer an, unter der du am Kurstag erreichbar bist. Ein abgesagter Kurstermin wird in Absprache mit den Teilnehmern verschoben.

Schutzausrüstung: Helm ist Pflicht! Bitte ansonsten möglichst alle Schützer mitbringen, auch Handschützer, da der Anfang des Kurses ohne Stöcke stattfindet. Das Risiko, zu fallen, ist zwar gering, jedoch nie völlig auszuschließen.

Kleidung: Damit die Wadenschale der Cross Skates nicht scheuert, sollte die untere Wade bedeckt sein. Also am besten eine bequeme lange Hose anziehen (Jeans sind nicht zu empfehlen, da diese durch Faltenbildung oft scheuern). Bei kurzer Hose sind längere Socken nötig (Inliner- oder Trekkingsocken reichen hoch genug).

Bitte bei kaltem Wetter warme Kleidung tragen oder mitbringen. Wir sind nicht die ganze Zeit in Bewegung, und etwas auszuziehen ist besser als zu frieren. Dazu gehören Handschuhe (es können auch Fäustlinge sein) und dünne Mütze.

Schuhwerk: Am besten sind Schuhe, die gut am Fuß anliegen und dem Sprunggelenk Stabilität geben. Empfehlenswert ist außerdem eine feste und flacher Sohle.
Geeignet sind leichte Wanderstiefel, Basketballschuhe, Langlaufschuhe o.ä.
Nicht geeignet sind Joggingschuhe, da sie sehr stark gedämpft sind und sich die Sohle nach unten verbreitert.
Falls du unsicher bist, frag' vor dem Kurs bei mir nach und bring' zum Kurs **alle evtl. in Frage kommenden Schuhe** mit!

Sonstiges: Bitte bring' dir etwas zu trinken mit.

Teilnahmebedingungen:
Ich erkenne den Haftungsausschluss des Veranstalters an.
Meine Kursteilnahme erfolgt grundsätzlich auf eigene Gefahr.
Ich habe die Kursinformation gelesen, erkenne sie an und bin entsprechend vorbereitet und ausgerüstet.
Ich habe alle Angaben nach bestem Wissen gemacht und es bestehen keine ärztlichen Bedenken gegen eine Kursteilnahme.
Ich verpflichte mich, die Kursgebühr vor Kursbeginn bar zu bezahlen.
Fotos, die im Kurs gemacht werden, dürfen vom Veranstalter zu Werbezwecken verwendet werden, ohne Vergütungsanspruch meinerseits.

Datum, Unterschrift:_____