

Bis bald!

AOK - Rückenfit



**Bahama-Sports - Heimat des BSC e.V.**

**OSNABRÜCK-Lüstringen**

Siemensstr. 9-11, 49086 Osnabrück, 0541-389966

**OSNABRÜCK-Nahne**

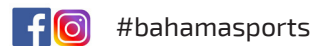
Im Nahner Feld 1, 49082 Osnabrück, 0541-55665

auch in:

**OLDENBURG-Nadorst**

Kreyenstraße 41, 26127 Oldenburg, 0441-9338070

**info@bahama-sports.de | Telefon: 0541-389966**



Für Präventiv- und Rehasport:  
Von Krankenkassen anerkannt, von Ärzten empfohlen.

**www.bahama-sports.de**

Erstattungsfähig

Für Versicherte  
aller Krankenkassen!



**Präventionskurs in 8 Einheiten  
im Bahama-Sports Lüstringen**

**www.bahama-sports.de**

**Meine Buchungsdaten**

Name, Vorname

Geburtsdatum

Anschrift

Mail

Telefon

Kreditinstitut

IBAN

Ort, Datum

Unterschrift

## In bester Form



Ein gesunder Rücken ist das A&O und doch kommt er im Alltag oft viel zu kurz. In diesem Kurs stehen effektive Dehn- und Kräftigungsübungen im Vordergrund, die die Wirbelsäule mobilisieren und stabilisieren.

**In 8 Einheiten die Rückenmuskulatur stärken und Beschwerden langfristig vorbeugen.**

Dieser Kurs ist **von allen gesetzlichen Krankenkassen** als Präventionskurs anerkannt.



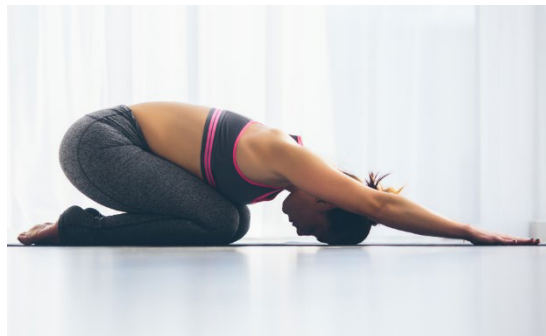
## AOK – Rückenfit

**durch Kräftigung**

Kursumfang:  
8 Einheiten á 60 Minuten

Ort: Bahama-Sports  
Siemensstraße 9-11  
Osnabrück-Lüstringen

Kursleiterin: Sylwia Batta  
staatl. anerkannte Gymnastiklehrerin, lizenzierte  
Rehasport-Trainerin



**Anmeldung & Rückfragen:**  
Breitensportclub BSC e.V., Siemensstr. 9-11,  
49086 Osnabrück (Frau Menke),  
Tel. 0541-388021, bsc@bahama-sports.de

Kursbeginn bei ausreichender Teilnehmerzahl.  
Anmeldung erfolgreich, wenn ein Bestätigungs-  
schreiben zugestellt wurde. Kostenlose Stornierung  
bis 10 Tage vorher möglich (sonst 50%).

**Kostenerstattung durch alle  
gesetzlichen Krankenkassen!**

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für  
folgenden Kurs an:

**25.04. – 13.06.2023, 8 Einheiten,  
je dienstags, 19:30 Uhr  
im Bahama-Sports Lüstringen**

Die Zahlung der Kursgebühr in Höhe von  
einmalig 89,- €\*.

erfolgt vor Kursstart per *(bitte wählen)*

AOK-Gutschein *(bitte beifügen)*

SEPA-Lastschrift *(7 Tage vor Termin)*

Bitte erscheine stets rechtzeitig in  
bequemer Kleidung und packe zusätzlich  
ein ausreichend großes Handtuch zum  
Abdecken der Matte ein.

Vor Ort stehen Getränke, Umkleide-  
möglichkeiten und Duschen bereit. Die  
Zahlung der Gebühr berechtigt auch zur  
Nutzung der Wellnessanlagen im Anschluss  
an die jeweilige Kurseinheit.

\*Sofern 80% der Kurseinheiten besucht  
wurden, kann i.d.R. von einer  
Kostenerstattung durch gesetzliche  
Krankenkassen ausgegangen werden.