

# Aktiv+Wellness Wochenende 2016

**meltmann-sport**  
Tradition in der Neanderthalstadt • seit 1982

- Was: Aktiv zu Ruhe und Entspannung finden!  
Zum Beispiel mit Yoga, (Power-)Workout und Walking an der Seenplatte oder einem Ausflug zur Haldenkunst (je nach Wetterlage) sowie in der Saunalandschaft der Sport-Jugendherberge mit 3 verschiedenen Saunen
- Wann: 12./13.05.2017 (Fr-Sa)/ Anreise bis 16.45 Uhr/ Abreise gegen 15/16Uhr in eigenen PKWs in Fahrgemeinschaften
- Wo: Jugendherberge Sportpark Duisburg-Wedau (in 2013 neu eröffnet) Sporthallen/ Fitnessräume der Jugendherberge und in der freien Natur
- Wie: in Mehrbettzimmern mit Dusche und WC, Bettwäsche ist vorhanden; Dusch- und Saunatücher bitte mitbringen; Getränke sind preisgünstig in der Jugendherberge zu erwerben; Zweibettzimmer gegen Aufpreis möglich
- Kosten: 55€ für me-sport Mitglieder, 65 € für Nicht-Mitglieder  
Inkl. Übernachtung/ HP und Aktivprogramm, sowie Saunalandschaft in der Jugendherberge

Infos zur Jugendherberge findest Du unter

<http://www.jugendherberge.de/Jugendherbergen/Duisburg%20Sportpark441/Portraet>

## Du möchtest dabei sein?

Dann reiche uns diese Anmeldung ein und überweise den Teilnehmerbeitrag umgehend auf das me-sport- Konto:

**IBAN: DE75 3015 0200 0001 7070 41, BIC: WELADED1KSD** unter dem Stichwort: „WELLNESS“ und Angabe Deines Namens.

Nach Eingang der Zahlung ist Deine Anmeldung verbindlich.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldung entscheidet über die Teilnahme.

Wir freuen uns auf Dich☺

## Dein Aktiv+Wellness Team

**meltmann-sport**  
Tradition in der Neanderthalstadt • seit 1982

### Anmeldung (bitte bis zum 10.02.2017 abgeben – Hasselbeckstr.6 – FAX: 02104 - 97 60 18)

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Wellness & Aktiv Wochenende 2016 an.

(bitte Zutreffendes einkreisen oder unterstreichen)

Name/Vorname: \_\_\_\_\_ Geburtstag: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_ Telefonnummer: \_\_\_\_\_

Mail-Adresse: \_\_\_\_\_ me-sport Mitglied: ja / nein

Besondere Anmerkung (Allergien): \_\_\_\_\_

Datum und Unterschrift des Teilnehmers: \_\_\_\_\_