

Verbindliche Anmeldung ¹

„Alles Leben ist Bewegung“

Freitag, 20. April 2018, 17.00 Uhr bis

Sonntag, 22. April 2018, 15.00 Uhr

Name.....

VornameGeb. Dat.

Adresse

.....

.....

Telefon

E-Mail

Der Veröffentlichung meiner Adresse auf Teilnehmerlisten
stimme ich zu.

Datum/Unterschrift

Der Teilnahmepreis beträgt:

Erwachsene: 30,00 € / Kinder kostenfrei

Doppelzimmer

Mehrbettzimmer

¹Bei Abmeldung innerhalb von 4 Wochen vor
Tagungsbeginn erheben wir eine Ausfallgebühr in Höhe von
50 % der Tagungskosten, sofern wir den Platz nicht
anderweitig belegen können.

Ihre Teilnahme ist nach der schriftlichen Anmeldung
verbindlich gebucht. Eine Teilnahmebescheinigung
erhalten Sie in der Tagung.

Zahlungsmodalitäten:

Die Bezahlung erfolgt bei Anreise am Empfang per EC-Karte
oder in bar.

Anmeldungen an: Volker Bäumel

E-Mail: v.baumel@haus-nordhelle.de

So erreichen Sie Haus Nordhelle:

Anreise mit dem PKW

Verlassen Sie die Sauerland-Linie A45 an der Abfahrt
Meinerzhagen und folgen Sie den Wegweisern in Richtung
Valbert / Attendorn. Nach ca. 6 km biegen Sie rechts in
Richtung Herscheid / Reblin ab. Nach rund 700m biegen Sie
links und sofort wieder scharf rechts ab, dann erreichen Sie
nach gut 300m Haus Nordhelle auf dem Koppenkopf.

Anreise mit der Bahn

Der Bahnhof Meinerzhagen ist rund 9km von Haus
Nordhelle entfernt, hier wird die Strecke Köln –
Gummersbach – Meinerzhagen tagsüber aktuell stündlich
bedient. Auch der Hauptbahnhof Hagen und die Bahnhöfe
Gummersbach, Brügge, Lüdenscheid und Listerscheid sind
in erreichbarer Nähe. Ab dem Hauptbahnhof Hagen gibt es
einen regelmäßigen Bus- und Bahnverkehr.

Anreise mit dem ÖPNV:

Zwischen Meinerzhagen, Valbert und Attendorn verkehren
Linienbusse des Öffentlichen Personennahverkehrs.

Auskunft erteilen wir gerne unter 02358-8009-0.

Taxi:

Listerscheid/Attendorn, Tel.: (02722) 959292

Meinerzhagen, Tel.: (02354) 6543

Weitere Informationen zu den Fahrplänen erhalten Sie auf
der Homepage der MVG und der VGWS.



Haus Nordhelle
Evangelisches Tagungszentrum

Alles Leben ist Bewegung



Die Tagung richtet sich an alleinerziehende
Mütter und ihre Kinder im ALG II-Bezug

20. April 2018, 17.00 Uhr

bis

22. April 2018, 15.00 Uhr

„Alles Leben ist Bewegung“

Superfood, Ernährungstrends und Fitnessprogramme bestimmen die Werbung und die Lifestyle-Magazine. Aber ist alles Gold, was dort glänzt und verspricht es wirklich ein glücklicheres Leben? Und wie lässt sich so etwas in den Alltag einer Alleinerziehenden integrieren?

In aktiven Einheiten wollen wir verschiedene Bewegungsmöglichkeiten kennenlernen. Zudem wollen wir uns auch mit dem komplexen Zusammenhang von Ernährung, Bewegung und Wohlbefinden auseinandersetzen. Dabei geht es nicht um Leistungssport, sondern darum, Freude an der Bewegung, auch im Alltag, zu finden. Sportanfängerinnen sind herzlich willkommen.

Auch die Kinder werden sportlich aktiv unterwegs sein. Und es wird genug Gelegenheit geben für gemeinsame Aktionen von Müttern und Kindern.

Bitte unbedingt Sportkleidung, Schwimmsachen, Sportschuhe für draussen und drinnen und eine dünne Wolldecke einpacken.

Leitung:

Meike Foegen
Kira Sandkamp

Termin:

Freitag, 20. April 2018, 17.00 Uhr bis
Sonntag, 22. April 2018, 15.00 Uhr

Kosten:

Erwachsene: 30,00 €
Kinder: kostenfrei

Die Kosten für die Tagung werden dankenswerterweise erneut zum Teil von der Karl Heinz und Hannelore Bösken-Diebels-Stiftung übernommen. Wenn Sie mehr über die Stiftung und ihre Aufgaben erfahren wollen: www.khuhboesken-diebels-stiftung.de

In und um Haus Nordhelle...

Es besteht die Möglichkeit für Tagungsteilnehmer unser hauseigenes Schwimmbad kostenfrei zu nutzen. Zahlreiche Wander- und Laufwege des Naturparks Ebbegebirge führen direkt am Haus Nordhelle vorbei.

Hinweise zu unseren AGB, Datenschutzbestimmungen und weitere Informationen finden Sie unter:

www.haus-nordhelle.de



Ev. Familienbildungswerk
Westfalen und Lippe



Absender:

Postkarte

Haus Nordhelle
Zum Koppenkopf 3
58540 Meinerzhagen