



KSC Isartal e. V.

GESUNDHEITSSPORT

Gewerbestraße 1 - 84183 Niederviehbach - Telefon 08702 3319
Homepage: www.ksc-isartal.de - email: KSCI.ZENbo@t-online.de



Kursangebote ab SEPTEMBER 2025

„ A T E M P A U S E „



Kursleitung: **Jasmin Lang**

- Achtsamkeitstrainerin
- ZENbo® Balance Trainerin
- Trainer C und B Prävention Haltung und Bewegung / Entspannung / Herz und Kreislauf
- Meditationslehrerin Advanced
- Med. QiGong Trainer (MQT)
- PME Kursleiterin
- YinYoga Lehrerin (YACEP®)

Ausgezeichnet mit dem Gesundheitssiegel des DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) und dem Zertifikat der Kooperation der gesetzlichen Krankenkassen zur Zertifizierung von Präventionskursen - § 20 SGB V

ZENbo® Balance

Sanftes Body & Mind Programm

... basiert auf fundiertem und bewährtem Wissen, das neu interpretiert wurde.

*ZEN ist bewusst zu sein – im Hier und Jetzt – Bo ist vom englischen Body
BALANCE bezeichnet Ihr inneres und äußeres Gleichgewicht, schult die Körperwahrnehmung,
fördert und stärkt Ihre körperliche Fitness auf eine sanfte Art
und eignet sich für alle Altersgruppen...*

Ort: Übungsraum, Gewerbestraße 1, 84183 Niederviehbach

Kurs 1 vormittags: Freitag, 12. September bis 08. November 2025, 10 Uhr bis 11 Uhr
Kurs 2 abends: Freitag, 12. September bis 08. November 2025, 17 Uhr bis 18 Uhr

Gebühr: 99 Euro (8 x 60 Minuten) - Mitglieder erhalten 20 % Nachlass

Ausfallzeiten: 03.10.2025

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken, Handtuch und Decke, kleines Kissen, Getränk (unzerbrechlicher Behälter)

Kursgebühren können ganz oder anteilig von den Krankenkassen übernommen werden.

INFO / Anmeldungen ab sofort beim Training, per Email, telefonisch oder <https://www.ksc-isartal.de/gesundheitskurse/>
Der Veranstalter/Ausrichter übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden.
Mit der Anmeldung ist die Kursgebühr zu entrichten und erkennen diesen Haftungsausschluss an.
Bei Nichtteilnahme verfällt die Kursgebühr. Ein Übertrag ist nicht möglich. Hygienevorschriften beachten.

KampfSPORTCenterIsartal

Gewerbestraße 1 - 84183 Niederviehbach - Telefon 08702 3319
Homepage: www.ksc-isartal.de email: ksci.vorstand@t-online.de

Unsere Kursangebote ab SEPTEMBER 2025

Anmeldeformular: (zutreffendes bitte ankreuzen)

- Kurs 1 vormittags: ZENbo® Balance (8x60 Min.) - Freitag, 12.09.25 - 08.11.25, 10 Uhr bis 11 Uhr
- Kurs 2 abends: ZENbo® Balance (8x60 Min.) - Freitag, 12.09.25 - 08.11.25, 17 Uhr bis 18 Uhr
- Ausfallzeiten: 03.10.2025
- KSC Isartal - Mitgliedschaft besteht (24 € Jahresmitgliedschaft – Mitglieder erhalten 20 % Nachlass)

Name: _____ Vorname: _____

Geburtsdatum: _____ Email: _____@_____

Anschrift: _____

Erreichbarkeit/Telefon: _____ (falls Verständigung erforderlich /z.B. Ausfall)

Lehrgangsgebühr:

B A R :

Bin mit einer **SEPA - LASTSCHRIFT** einverstanden:

Bankverbindung:
Unsere Gläubiger-ID: **DE54ZZZ00000112196**. Ihre Mandanten-ID wird Ihnen gesondert mitgeteilt.

Bank: _____

Bankleitzahl / IBAN: DE _ _ _ _ _

Konto / BIC: _____

Datenschutzbestimmung: Gemäß der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) vom 25.05.18 stimme ich dem zu, das der Verein oben erfasste persönliche Daten zum Zwecke der Mitgliederverwaltung und für vereinsinterne Informationen verwenden darf. Dies kann ich jederzeit widerrufen. Eine Weitergabe der Daten an Dritte wird untersagt.

Unterschrift der Teilnehmer(in)/Kontoinhaber(in)
(Zutreffendes ankreuzen – mehrfach Anmeldungen möglich – verbindliche Kursanmeldung)