



# BETRIEBSSPORTGEMEINSCHAFT

im

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

## Schwimmtraining im städtischen Frankenbad/Bonn

### Zug um Zug zur Bestform

Möchten Sie unter der Leitung einer Schwimmtrainerin neue Schwimmtechniken erlernen oder verbessern? Oder möchten Sie Ihre Schwimmleistung durch ein spezielles Intervalltraining steigern? All das bietet das Schwimmtraining im Frankenbad.

Schwimmen schont – neben Radfahren – hervorragend die Gelenke. Der Auftrieb des Wassers entlastet die Wirbelsäule sowie Hüft-, Knie- und Fußgelenke. Auch bei Zerrungen, Gelenkverletzungen und Muskelschmerzen ist noch ein leichtes Schwimmtraining möglich. Darüber hinaus wirkt das Wasser, das an der Haut vorbeiströmt, wie ein sanfter Massagestrahl und löst – besonders beim Rückenschwimmen – dauerhafte Verspannungen der Hals-, Schulter- und Rückenmuskulatur.

Das Schwimmtraining der BSG BML e.V. beginnt ab dem **3. September 2018**.

**Montags 19:00 -20:00 Uhr, Frankenbad Bonn**

Treffpunkt in der Eingangshalle: 18:45 Uhr

**Die Kosten: einmalig 70 € für Mitglieder bzw. 90 € für Nichtmitglieder.**

**Interessierte Schwimmerinnen und Schwimmer mit Vorkenntnissen können gerne am 7.5., 14.5. oder 28.5.18 zum kostenlosen Probetraining kommen.**

Interesse? Für Rückfragen steht Karin Bethmann ([karin.bethmann@bpjm.bund.de](mailto:karin.bethmann@bpjm.bund.de)) gerne zur Verfügung.

# Kursanmeldung

Kurs und Kursnummer (bitte unbedingt angeben!)

**Schwimmtraining 01.09.2018 – 31.08.2019**

Name, Vorname

Dienststelle / Referat

Telefon

E-Mail

- Ich bin bereits Mitglied in der BSG BML.
- Ich möchte Mitglied in der BSG BML werden und bitte um Übersendung eines Mitgliedsantrages.

## Ermächtigung zum Einzug von Forderungen (SEPA-Lastschriftmandat)

Name des/der Zahlungspflichtigen/-in (Kontoinhaber/-in)

Anschrift des/der Zahlungspflichtigen/-in (Kontoinhaber/-in)  
Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Land

IBAN des/der Zahlungspflichtigen/-in (max. 35 Stellen)

BIC (8 oder 11 Stellen)

Kreditinstitut

Zahlungsart

- Wiederkehrende Zahlung  Einmalige Zahlung
- monatlich
- jährlich

in Höhe von ..... Euro

Die Kursgebühr wird ca. 3-4 Wochen nach Kursbeginn von Ihrem Konto eingezogen.

<b>Name des Zahlungsempfängers</b> BSG BML e.V. im Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft	
<b>Anschrift des Zahlungsempfängers</b> <b>Straße und Hausnummer</b> Rochusstraße 1	
<b>Postleitzahl und Ort</b> 53123 Bonn	<b>Land</b> Deutschland
<b>Gläubiger-Identifikationsnummer</b> DE35ZZZ00000142511	
<b>Mandatsreferenz (vom Zahlungsempfänger auszufüllen)</b>	
<p>Ich ermächtige / Wir ermächtigen (A) den Zahlungsempfänger (Name siehe oben), Zahlungen von meinem / unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich (B) weise ich mein / weisen wir unser Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger (Name siehe oben) auf mein / unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.</p> <p>Hinweis: Ich kann / Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.</p> <p>Wenn mein Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Kreditinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Teileinlösungen werden im Lastschriftverfahren nicht vorgenommen.</p>	
<b>Ort</b>	<b>Datum (TT/MM/JJJJ)</b>
<b>Unterschrift(en) des/der Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber/-in)</b>	

**Zurück an (Zahlungsempfänger)**

[karin.bethmann@bpjm.bund.de](mailto:karin.bethmann@bpjm.bund.de)