



**B H S A**

**Öffentlichkeitsarbeit**

**Simon Blattmann**

Körnerstr. 19

76135 Karlsruhe

Tel. 0721 - 1748364

E-Mail: [pr@bhsa.de](mailto:pr@bhsa.de)

Karlsruhe, 28. Februar 2007

**"Fit im Studium und Büro - Nordic Walking,  
Entspannungstechniken und Konzentrationsübungen",  
vom 20. bis 22. April 2007 in der JH Pforzheim „Burg Rabeneck“**

Liebe Freunde der BHSA,

gegen körperliche Verspannungen und Konzentrationsschwächen im Studium und Beruf veranstaltet die BHSA e.V. den Kurs "**Fit im Studium und Büro - Nordic Walking, Entspannungstechniken und Konzentrationsübungen**" mit Physiotherapeutin Anette Borhani.

Auf dem Programm stehen:

- Einführung in Nordic Walking
- ganzheitliche Bewegung und Sauerstoff
- Entspannung nach Jacobsen
- Selbstmassage und Stretching

Der Kurs wird vom **20.04. bis 22.04.2007** an der **Jugendherberge Pforzheim** durchgeführt. Die Gebühr beträgt **69,- Euro** für BHSA-Mitglieder (für alle anderen 89,- Euro) inkl. Verpflegung und Unterkunft.

Frau Borhani ([www.mobile-therapie.com](http://www.mobile-therapie.com)) ist selbständige Physiotherapeutin mit mehreren Zusatzausbildungen und kann aufgrund ihrer eigenen Hörbehinderung gut mit hörbehinderten Teilnehmern kommunizieren. Sie führte das gleiche Seminar bereits mit sehr positiver Resonanz 2005 für die BHSA durch.

## **Kontakt für Anmeldungen und Anfragen**

Anmeldungen nimmt Simon Blattmann ab sofort an. Als Angaben reichen Name, Geschlecht, Anschrift. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Bei Anmeldungen gilt daher: First come, first serve.

Eine Anmeldung innerhalb der nächsten Tage bis zum 01. April 2007 wird empfohlen, danach müssen wir leider eine Kostenpauschale von 20€ erheben.

Schriftliche Anmeldung an:

**Simon Blattmann**  
**Körnerstr. 19**  
**76135 Karlsruhe**

oder per E-Mail:

[blattmann-simon@web.de](mailto:blattmann-simon@web.de)

## **Allgemeine Geschäftsbedingungen der BHSA e. V.**

Der Teilnehmerbeitrag ist spätestens zum Anmeldeschluss für die Veranstaltung zur Zahlung fällig. Bei Rücktritt bis zum Anmeldeschluss wird der Teilnehmerbeitrag in voller Höhe rückerstattet. Bei einem späteren Rücktritt bis 2 Wochen vor der Veranstaltung werden 50% als Ausfallgebühren einbehalten, danach wird der gesamte Beitrag, sofern noch nicht bezahlt, in Rechnung gestellt. Wird die Veranstaltung von Seiten des Veranstalters abgesagt, wird der gesamte Beitrag zurück überwiesen. Bei Anmeldungen nach dem 1. April 2007 wird eine zusätzliche Bearbeitungsgebühr von 20€ fällig.

Überweisung der Teilnahmegebühr unter BHSA Konto Nr. 448795805, BLZ 70010080, bitte „Nordic Walking“ angeben.

## **Informationen zum Tagungsort JH Pforzheim „Burg Rabeneck“**

Die Jugendherberge liegt in Pforzheim im Stadtteil Dillweißenstein im Nagoldtal. In das 1997 fertiggestellte Gebäude sind Teile der unter Denkmalschutz stehenden Ruine der Burg "Rabeneck" integriert.

### **Anschrift der JH:**

Jugendherberge Pforzheim, Krähenneckstraße 4, 75180 Pforzheim-Dillweißenstein  
Tel: 07231/972660, Fax: 07231/972661  
E-mail: [info@jugendherberge-pforzheim.de](mailto:info@jugendherberge-pforzheim.de)  
WWW: <http://www.jugendherberge.de/jh/pforzheim/>

### **Anreise mit der Bahn:**

Von Hbf Pforzheim fährt man mit der Linie 3 bis zur Haltestelle „Burggartenstraße“ ca. 15 Min. Fahrzeit, von dort Fußweg zur JH 3 Min. Die Linie 3 fährt ca. alle 30 min. Eine Fahrplanauskunft gibt es unter [www.kvv.de](http://www.kvv.de).

### **Anreise mit Bus/PKW:**

Pforzheim ist Bahnstation an der Strecke Karlsruhe-Stuttgart-München und mit dem Auto über die Autobahn A 8 (Karlsruhe-Stuttgart) zu erreichen, Ausfahrt Pforzheim Ost oder West, weiter auf der B 10 bis Pforzheim, anschl. auf der B 463 Richtung Calw bis zur Weißensteiner Nagoldbrücke.