

Kreishandwerkerschaft • Scheidemannplatz 2 • 34117 Kassel

Name Sven Dopatka
Telefon 05671 / 5095 -10
E-Mail dopatka@kh-kassel.de

Kassel, 31. Oktober 2019

EINLADUNG

zum **TOPAS Funktionstraining „stark und athletisch im Job“ mit anschließendem Essen**
am Freitag, 29. November 2019 – Beginn 09:45 Uhr –
im Fitness- und Freizeitwelt Progress Hofgeismar
Am Anger 7, 34369 Hofgeismar



laden wir alle Auszubildenden unserer TOPAS Betriebe herzlich ein.

Das funktionelle Training hat in kurzen Trainingseinheiten durch eine relativ hohe Intensität einen überaus hohen Trainingseffekt. Es dient der Optimierung Ihrer Leistungsfähigkeit in den Bereichen Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit.

Zu dem Training bringen Sie bitte folgendes mit:

- Sportbekleidung sowie Sportschuhe
- Handtuch und Duschsachen

Anschließend geht die Gruppe gemeinsam zur Essbar Hofgeismar (Industriestraße 4) um ein gesundes Mittagessen einzunehmen. Dazu wählen Sie bitte schon mit der Anmeldung ein Gericht aus (Unter dem Namen ankreuzen).

Die Kosten für das Funktionstraining belaufen sich auf 25,00 € pro Teilnehmer. In den Teilnahmegebühren sind das Funktionstraining, Getränke sowie das anschließende Essen bereits enthalten.

Ihre Rückmeldung ist besonders wichtig, damit wir die Veranstaltung gut für Sie vorbereiten können. Nehmen Sie diese bitte bis spätestens 18. November 2019 mit beigefügtem Rückmeldebogen vor.

Mit freundlichen Grüßen

Kreishandwerkerschaft Kassel
TOPAS Projekt

Uwe Loth
Ausschussvorsitzender



Absender:

Rückmeldung bis 18. November 2019

Kreishandwerkerschaft Kassel
TOPAS Projekt
Scheidemannplatz 2
34117 Kassel

per Mail: dopatka@kh-kassel.de
per Telefax: 05671 / 5095 -20
Herr Dopatka

Rückmeldung zum
TOPAS Funktionstraining „stark und athletisch im Job“ mit anschließendem Essen
am Freitag, 29. November 2019

Name des/der Teilnehmers/in

Gericht 1 2

Geburtsdatum

3

Name des/der Teilnehmers/in

Gericht 1 2

Geburtsdatum

3

Name des/der Teilnehmers/in

Gericht 1 2

Geburtsdatum

3

Name des/der Teilnehmers/in

Gericht 1 2

Geburtsdatum

3

Datum, Ort

Unterschrift, Firmenstempel

Übersicht der Gerichte

Gericht 1 Hähnchenschnitzel mit Salat und Beilage
Gericht 2 Putensteak mit Salat und Beilage
Gericht 3 Fischgericht von der Tageskarte