



## VERANSTALTUNG

- (X) Mitgliedertraining**
- (X) Posing-Workshop**

**Datum:** **Samstag, 25.02.2023**  
**Uhrzeit:** 10:00 Uhr Beginn  
10:30 Uhr bis ca. 12:30 Uhr Posing-Workshop  
ca. 12:30 Uhr bis 14:00 Uhr Training

**Location:** **AKTIV FITNESSTREFF**  
Am Wiethop 9  
29683 Bad Fallingbostel

**Bundesland:** **Niedersachsen**

**Posing-Workshop für  
folgende Kategorien:**

Men`s: Alle  
Women`s: Alle

**Durchführung:** Men`s: Berend Breitenstein, Nicolas Rojas, Florian Gems, Kiro  
Feldmann

Women`s: Elena Grass

**Inhalte:** Beispiel: Lernen, üben und verbessern der Symmetrie- und  
Pflichtposen, Wettkampfsimulation, Aufzeigen von Stärken und  
Schwächen, Aufbau einer Kür, etc., Formcheck

**Kosten:** GNBF e.V. Mitglieder kostenlos, Nichtmitglieder 20€ in Bar

**Teilnehmerzahl:** Max. 25. Es gilt die Reihenfolge der Anmeldungen  
Training und Posing können natürlich auch separat besucht werden.

## Duschkmöglichkeiten

Vorhanden: Ja

## Kostenlose Parkplätze

Vorhanden: Ja

Weitere Infos: freier Text für weitere Bemerkungen

Anmeldung/Info: Name: Berend Breitenstein  
Mail: berend@gnbf.de  
Rufnummer: 0151-21269642

Anmeldeschluss: 13.02.2023

### Bei der Anmeldung bitte angeben:

- Aktives GNBf-Mitglied: Ja/Nein
- GNBf Mitgliedsnummer
- T-Shirt Größe
- Teilnahme am Training: Ja/Nein
- Teilnahme am Posing-Workshop: Ja/nein

