



VERANSTALTUNG

(X) Mitgliedertraining

(X) Posing-Workshop

- Datum:** Samstag, 04.03.2023
- Uhrzeit:** 12.00 Uhr bis 14.00 Uhr Mitgliedertraining
14.00 Uhr bis 15.00 Uhr Posingworkshop
- Location:** Body-Health Fitness
Ober der Mühle 30a, 42699 Solingen
- Bundesland:** Nordrhein-Westfalen
- Posing-Workshop für folgende Kategorien:**
- Men`s: Alle Klassen
Women`s: Alle Klassen
- Durchführung:** Men`s: Nancy & Carsten Fervers, Bundeslandrepräsentanten NRW
Women`s: Elena Grass, Leiterin der Posing Academy for Women
- Inhalte:** Lernen, üben und verbessern der Symmetrie- und Pflichtposen, Wettkampfsimulation, Aufzeigen von Stärken und Schwächen, Formcheck
- Kosten:** GNBF e.V. Mitglieder kostenlos, Nichtmitglieder 20€ in Bar
- Teilnehmerzahl:** Begrenzt, hier gilt die Reihenfolge der Anmeldungen
Training und Posing können natürlich auch separat besucht werden.
- Duschkmöglichkeiten**
- Vorhanden:** Ja
- Kostenlose Parkplätze**
- Vorhanden:** Ja

Anmeldung/Info: Carsten Fervers, leagueofnaturals@magenta.de
Elena Grass, womenacademy@gnbf.de

Anmeldeschluss: 12.02.2023

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

