

### **Wie kann ich mich anmelden?**

Sie können sich per E-Mail, per Telefon, oder schriftlich anmelden:  
info(at)mittelpunkt-bewegung.de

Sie bekommen per E-Mail von uns eine Bestätigung.

Geben Sie Namen, Kurs, Adresse, E-Mail-Adresse +Telefonnummer an.  
Falls der Kurs voll ist, werden Sie benachrichtigt und ggf. auf die  
Warteliste gesetzt • Falls nicht genügend bezahlte Anmeldungen  
vorliegen, fällt der Kurs aus. Die Teilnehmer/innen werden informiert und  
die Gebühr wird zurücküberwiesen.

Bitte überweisen Sie rechtzeitig vor Kursbeginn die Gebühr und geben  
Sie Ihre Daten sowie den gewünschten Kurs an.Die Anmeldung ist erst  
mit der Überweisung der Kursgebühr verbindlich.

### **Wie ist die Kontoverbindung für Kursanmeldungen?**

Bitte schicken Sie uns eine Email. Wir schicken Ihnen dann die  
Kontoverbindung

### **Wo finde ich “Mittelpunkt”- Zentrum für Bewegung?**

Wir trainieren in unseren Räumen in Bonn-Beuel, Mirecourtstr. 14,  
nächste Bushaltestelle: Rheindorferstr., nächste Straßenbahnhaltestelle:  
Konrad-Adenauer- Platz

### **Ich habe jahrelang keinen Sport gemacht - schaffe ich das trotzdem?**

Alle Kurse sind systematisch aufgebaut und sind an den  
Voraussetzungen der Teilnehmenden orientiert. Kleine Gruppen (6-12  
Teilnehmende) garantieren individuelle Anleitung. Wir fangen mit  
einfachen Übungen an, so dass auch Ungeübte ohne Schwierigkeiten  
folgen können. Selbstverständlich können bei uns alle immer in ihrer  
eigenen Geschwindigkeit trainieren.

### **Ich kann nur einmal die Woche ins Training kommen. Macht das überhaupt Sinn?**

Ja - das Gelernte wird immer wieder wiederholt, so dass jede/r trotzdem  
mitkommt. Im Training wird differenziert nach Möglichkeiten und  
Trainingszustand.

## **Kann ich auch anfangen zu trainieren, ohne einen Kurs zu besuchen?**

Grundsätzlich ist auch der Einstieg ins laufende Training möglich, sprechen Sie mit uns, um eine Schnupperstunde zu vereinbaren und zu klären, wann der beste Zeitpunkt bzw. welches das geeignete Training ist.

## **Ich bin mir nicht sicher, welches der richtige Kurs/das richtige Training für mich ist**

Wir beraten Sie gern bei der Kursauswahl / Trainingsauswahl. Wenn sich nach einiger Zeit herausstellt, dass ein anderes Training Ihnen doch mehr liegen würde, können Sie umsteigen.

## **Was kostet eine Mitgliedschaft, ein Kurs....?**

Monatsbeitrag ein Bereich (z.B. Pilates oder Tai Chi): 39,00 €

Monatsbeitrag 2 Bereiche (z.B. Pilates und Tai Chi): 49,00 €

Monatsbeitrag alle Bereiche: 59,00 €

Kosten Präventionskurse: siehe Ausschreibung (je nach Kursdauer)

Einzeltraining: 45,00 - 75,00 €

10er Karte: 135,00 €

## **Welche Kleidung soll ich mitbringen?**

Für alle Kurse reichen lockere Sportkleidung und Socken. Evt. ein Handtuch mitbringen für Mattenarbeit.

## **Ich möchte mich noch für einen Kurs anmelden, der in wenigen Tagen stattfindet. Geht das noch?**

Schreiben Sie einfach eine kurze Mail oder rufen Sie an - in den meisten Fällen ist auch noch eine kurzfristige Anmeldung möglich. Die Kursgebühr können Sie dann am ersten Tag mitbringen.

## **Kann ich beim „Mittelpunkt“ einen Parkplatz finden?**

Die Räume vom „Mittelpunkt“ sind zwar in einem Wohngebiet, aber i. d. R. stellt es keine Schwierigkeit dar, dort einen Parkplatz zu finden.

## **Übernimmt meine Krankenkasse die Kosten für einen Kurs?**

Einige unserer Kurse sind als Präventionskurse anerkannt da die Trainerinnen zertifiziert sind. Nach der Kursteilnahme (mindestens 80 %) erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung, welche Sie dann bei Ihrer

Krankenkasse einreichen können. Um sicher zu gehen, halten Sie vorher kurz Rücksprache mit Ihrer Kasse.

**Wie groß sind die Kurse?**

Kleine Gruppen (max. 6-12 Teilnehmende) garantieren individuelle Anleitung.

**Wie lang läuft der Vertrag?**

Sie können zu jedem Quartalsende mit einer Kündigungsfrist von 2 Wochen kündigen.