

# SPORTANGEBOTE IN DER SPVGG HATTSTEIN



BAUCH - BEINE - PO  
BADMINTON

FIT AB 50

FIT UM ACHT

RÜCKEN FIT

AUSDAUER FIT / E-BIKE

VOLLEY-FIT

SPORTABZEICHEN

YOGA

KINDERTANZ

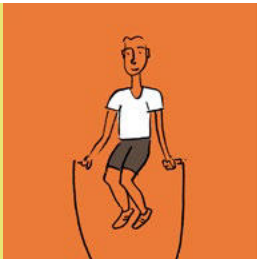
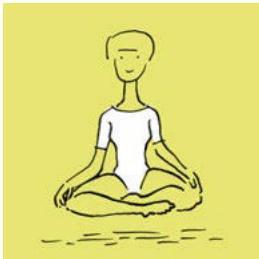
KINDERTURNEN

SPAß MIT BALL

ELTERN -

KIND -

TURNEN



# FIT UM ACHT RÜCKEN FIT, VOLLEY-FIT AUSDAUER FIT / E-BIKE ab 18



Eine Abteilung – Fünf muntere Sportangebote  
Die Abteilung „Fit um acht in Arnoldshain“ ist mit zurzeit etwa 100 Mitgliedern die größte Hallensportabteilung der Spvgg. Hattstein. Hervorgegangen aus den 1987 mit Eröffnung der Hattsteinhalle von Ruth und Volker Sprenger gegründeten Gymnastikgruppen wird sie von Abteilungsleiter Dr. Thomas Lattke (Rückenschullehrer Forum Gesunder Rücken-besser leben) und LSB-Übungsleiter Franz Günther geführt.

Auch außerhalb des Sports haben sich einige Aktivitäten entwickelt. So sind der Umtrunk nach dem Sport, kleine und große Feiern sowie das Rhönwochenende im September feste Bestandteile geworden. Auch bei Festen in der Gemeinde ist die Gruppe ein wichtiger Bestandteil.

Durch Mithilfe von bis 40 Aktiven wurde der Schwimmbadweg zwischen Schmitten und Arnoldshain ausgebaut und in Eigenhilfe eine Brücke errichtet. Durch die von uns durchgeführte Errichtung eines Zaunes ist ein Außensportfeld um die Hattsteinhalle entstanden.

Allen fünf Sportangeboten der Abteilung (**Montagsgruppe, Volleyball, Rückensport, Ausdauertraining / E-Bike** und **Sportabzeichen**) ist gemein, dass sie vielseitig, spielerisch, effektiv und sportlich auf aktuellem Stand sind und alle grundmotorischen Fähigkeiten wie Beweglichkeit, Koordination, Kraft und die Ausdauer trainieren. Ein Einstieg oder Schnuppertraining ist jederzeit möglich. Die Altersstruktur reicht von Anfang 20-80 Jahre. Auch sportlich Ungeübte werden von den beiden Leitern behutsam in die Gruppen eingeführt. **Die Montagsgruppe „Fit um Acht“ (gemischt) bietet eine Stunde**

Ausdauer und Fitness, dann eine Stunde Volleyball. Anfänger sind willkommen.

In der ersten Stunde: spielerisch anregendes Aufwärmen mit hohen koordinativen Anteilen, Zirkel mit moderatem Kraft- und Kraftausdauertraining aller Muskelgruppen, Beweglichkeitstraining durch abwechslungsreiche Dehnungsübungen bis in die feineren Strukturen. Die Erkenntnisse der neueren Fasziensforschung werden einbezogen.

In der zweiten Stunde:

Spielfreude beim Volleyball, hier spielen schwächere und stärkere, jüngere und ältere Teilnehmer auf Augenhöhe

Ort: Hattsteinhalle Arnoldshain

Trainingszeit: Montag 20:00 bis 22:00 Uhr

Gruppe „Rückenfit“.

Trainingsprogramm: spielerisch anregendes Aufwärmen mit hohen koordinativen Anteilen. Angeleitete Kräftigungsübungen mit Schwerpunkt Rücken- und Rumpfmuskulatur. Ausgleich muskulärer Dysbalancen. Dehnung aller Körperpartien, um Beweglichkeit zu erhalten und schmerzhaften Folgen verkürzter Muskulatur entgegen zu wirken. Schulung der Körperwahrnehmung, Faszien- und -massage. Zeiten: Donnerstag 18:00 bis 20:00

Das Coronajahr 2020 markiert den Anfang der inzwischen sehr beliebten E-Bike Gruppe, die jeden Mittwochabend in der warmen Jahreszeit eine schöne Runde durch den Taunus dreht.

Die Mühelosigkeit der Fortbewegung macht es auch eher unsportlichen Radlern möglich, sich wieder mehr im Freien zu betätigen. Termine November - März nach Absprache.

„Volley Fit“: Seit Anfang 2019 treffen sich die Anhänger des Volleyballspiels aus der Montagsgruppe von „Fit um Acht“ und weitere Volleyballfreunde auch am Donnerstagabend von 19.30 - 21.30. Neben dem obligatorischen Volleyballspiel gibt es auch ein 20-minütiges Techniktraining.

Seit 1997 bietet die Abteilung „Fit um Acht“ allen interessierten Mitgliedern, aber auch Nichtmitgliedern, die Möglichkeit zur Vorbereitung und zur Abnahme des Deutschen Sportabzeichens an, siehe Innenteil.

Kontakt:

Dr. Thomas Lattke 06084/3260, Franz Günther 0160/91528229 oder einer der anderen Übungsleiter.



Dr. Thomas Lattke Franz Günther

# KINDERTURNEN

In der Hattsteinhalle werden derzeit durch die Übungsleiter\*innen um Susann Lehniger, bis zu 30 (Klein)Kinder im Alter von 4 bis 9 Jahren in ihrer Beweglichkeit gefördert und erweitern so ihren Aktionsradius. Durch Umsetzung bestimmter Handlungsprinzipien soll ein langfristiger Wechsel vom Mitmachen und Mitspielen zum selbstbestimmten Handeln erreicht werden: Offenheit, Aufforderungscharakter, Freiwilligkeit, Zwanglosigkeit, Wahlmöglichkeit/Entscheidungsmöglichkeit, Initiativmöglichkeit.

Die sozialen Ziele sind unter anderem Wahrnehmung der Gefühle und Bedürfnisse anderer, Erkennung und Beachtung von Regeln, Fähigkeit zur Gruppenintegration, Umgang mit Misserfolg, Aufbau von Rücksichtnahme und Toleranz.

Die Koordination wird verfeinert, der soziale Umgang erlebt mit dem Fortschreiten der Sprachentwicklung neue Bereiche. Spielerisch erlernen sie Grundformen des Turnens wie Purzelbaum und Rollen. Neben Bällen, Springseil, Reifen usw. kommen klassische Turngeräte wie Kästen, Sprossenwand, Barren, Trampolin oder Schwebebalken zum Einsatz.

Wir treffen uns jeden Dienstag von 16:00 - 17:00 Uhr.

Ort: Hattsteinhalle Arnoldshain

4 - 7, 8-12, ab 13

# KINDERTANZ

Mit Tanzen Geschichten ohne Worte erzählen!

Bei uns lernen unsere Jüngsten ihren natürlichen Bewegungsdrang zu kontrollieren und koordinieren. Mit Spaß und Musik erarbeiten wir uns spielerisch ein erstes Rhythmusgefühl und bekommen ein Gefühl für Grob- und Feinmotorik. Gleichzeitig wird die Konzentrations- und Merkfähigkeit unterstützt und auch das Selbstbewusstsein individuell gefördert.

In altersgerecht eingeteilten Gruppen werden unterschiedliche Tanzelemente bearbeitet und Choreografien einstudiert. Die Kinder bekommen nicht nur ein Gefühl für den eigenen Körper, auch wird das Zusammengehörigkeitsgefühl in der Gruppe geschult und dieses Gemeinschaftserlebnis durch Auftritte gekrönt.

Wenn Du Lust hast, mal bei uns reinzuzuschneppern, komm doch einfach vorbei. Wir freuen uns schon auf DICH!

Wir treffen uns jeden Mittwoch im Spiegelsaal der Hattsteinhalle:

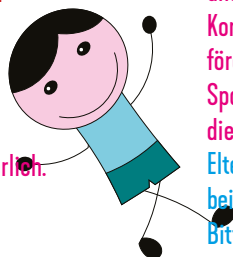
Purzeltänzer (4-7 Jahre): mittwochs von 16 Uhr bis 17 Uhr

Minitänzer (8-12 Jahre): mittwochs von 17 Uhr bis 18 Uhr

Maxitänzer (ab 13 Jahre): mittwochs von 18 Uhr bis 19 Uhr

Uhr

Kinderturnen und Kindertanz sind in der Basismitgliedschaft enthalten. Ein Zusatzbeitrag ist hier nicht erforderlich.



Susann Lehniger



Jenny Maxeiner



Alexandra Scholz

# SPAß MIT BALL

Die Sportgruppe „Spaß mit Ball“ ist konzipiert für Jugendliche, die zusammen verschiedene Ballspiele spielen. Es geht beim Spielen nicht um das Gewinnen, sondern viel mehr um das Miteinander und den Spaß. Um keine Langeweile aufkommen zu lassen, spielen wir mehrere unterschiedliche Ballspiele, insgesamt sind es über 15.

„Spaß mit Ball“ gibt es mittlerweile seit über 8 Jahren und seit gut 3 Jahren wird die Sportgruppe von dem Übungsleiter Simon Finger geleitet. Eine weitere Gruppe für Kinder im Alter von 7 - 11 ist neu auf dem Plan.

Ort: Hattsteinhalle Arnoldshain, Bgm.-Pouzaud-Strasse, 61389 Arnoldshain

Kurszeiten:

Donnerstags 15:30 – 17:00 Uhr, 7 - 11 Jahre,

Übungsleiterin: Celina Maier, 0160 98997601,

Freitags 18:30 – 20:00 Uhr, 12 - 17 Jahre

Übungsleiter: Simon Finger, 0176 97418220 oder Finger-simon3@gmail.com.



# ELTERN- KIND-TURNEN

1,5 - 4



Die Spvgg Hattstein bietet jeden Montag Bewegung, Spiel & Spaß für Kinder im Alter von 1,5 – 4 Jahren in Begleitung ihrer Eltern an.

Ort: Hattsteinhalle Arnoldshain, Bgm.-Pouzaud-Straße, 61389 Schmitzen/Arnoldshain

Zeiten: Montag, von 15:45 – 16:45 h

Der Verein und die beiden Übungsleiter\*innen Andrea Metzger und Simon Finger wollen auf diese Weise künftig neben den Angeboten im „Kinderturnen“, „Kindertanzen“ und „Spaß mit Ball“ und „Badminton“ im Kinderturnen Eltern und Kindern gemeinsam – die Möglichkeit anbieten, frühzeitig Sport und Bewegung zu betreiben.

Die 1 bis 4-jährigen Kinder werden von Mutter und/oder Vater begleitet und erfahren dadurch mit vertrauten Personen erste Bewegungen und Kinderlieder und -reime in ungewohnter Umgebung. Auch das Erkennen und Beobachten anderer Kinder unterstützt die Entwicklung sozialer Kompetenz. Die grobe Koordination wird spielerisch entwickelt. Später fördern Bewegungslandschaften Motorik, Gleichgewichtssinn und den Spaß am Klettern. Abwechslung und Vielfalt beleben die Neugier und die Lust an der Entdeckung von Neuem.

Eltern-Kind-Turnen ist in der Basismitgliedschaft enthalten. Ein Zusatzbeitrag ist hier nicht erforderlich.

Bitte beachten Sie, dass in den Schulferien kein reguläres Sportprogramm stattfindet, d.h. auch kein Kinderturnen.

Kontakt:

Andrea Metzger – 0176 97830035 oder E-Mail: metzger.andrea@gmx.de

Simon Finger – 0176 97418220 oder E-Mail: Fingersimon3@gmail.com



# BADMINTON



ab 10

Wir bieten Badminton für alle Spielstärken und Altersklassen an. Die Sportart wird seit einiger Zeit immer beliebter, denn hier können die Spieler neben Schnelligkeit, Kraft und Ausdauer auch ihre Geschicklichkeit, Technik und Taktik beweisen.

Jeder, der sich für Badminton interessiert, kann einfach zu einem Probetraining vorbeikommen und mitspielen. Leihschläger und Bälle stellen wir gerne zur Verfügung. Unabhängig von Alter und Spielstärke, haben bei uns alle Mitglieder die Möglichkeit zu trainieren, an Turnieren teilzunehmen und das Vereinsleben zu bereichern.

Wir treffen uns jeden Dienstag ab 19:30 Uhr in der Hattsteinhalle.

Badminton für Kinder und Jugend: Freitags von 19:30 bis 21:00 Uhr trifft sich der Badmintonnachwuchs zum Training und wird dabei von den Erwachsenen unterstützt.

Neue Mitglieder sind jederzeit herzlich willkommen, bei Interesse einfach unverbindlich während der Trainingszeiten mit Sportkleidung/-ausrüstung und Hallenschuhen in der Hattsteinhalle für ein Probetraining vorbeischaun.

Kontakt:

Bernd Löw, 06084 952936 oder

E-Mail: loew-bernd@t-online.de



Bernd Löw

## SPORTABZEICHEN für die ganze Familie

Deutsches Sportabzeichen – Der Fitnessorden für jedermann! Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Es würdigt vielseitige körperliche Leistung im Breitensport, also außerhalb des Wettkampfsports.

Das Deutsche Sportabzeichen kann von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit und ohne Behinderung erworben werden. Ob sie Mitglied eines Sportvereins sind, spielt dabei keine Rolle.

Durch die drei Leistungsstufen Bronze, Silber und Gold ist das Sportabzeichen ein ideales Angebot für alle Menschen, die Sport entsprechend ihren Neigungen und Fähigkeiten treiben wollen. Sie können so ihre Fitness testen und verbessern.

Die für das Sportabzeichen benötigten Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten:

Ausdauer	Schnelligkeit
Kraft	Koordination

In jeder dieser vier Disziplingruppen muss eine Leistung erbracht werden, die mindestens „Bronze“ entspricht. Hierzu stehen Angebote aus den Sportarten Leichtathletik, Radfahren, Schwimmen und Geräteturnen zur Auswahl. Außerdem ist der Nachweis der Schwimmfähigkeit notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens.

Mehr dazu erfahren Sie unter: <https://www.landessportbund-hessen.de/geschaeftsfelder/sportentwicklung/sportabzeichen/daten-und-fakten/>

Für den Erwerb empfiehlt sich eine gezielte körperliche Vorbereitung mit qualifiziertem Training. Mit dem Training und der Abnahme des Deutschen Sportabzeichens will der Verein ein attraktives Angebot für seine Mitglieder schaffen, aber auch neue Mitglieder gewinnen.



Seit 1997 bietet die SPVGG 1972 Hattstein allen interessierten Mitgliedern, aber auch Nichtmitgliedern die Möglichkeit zur Vorbereitung und zur Abnahme des Deutschen Sportabzeichens an.

Im Jahr 2019 haben neben Franz Günther, der bereits seit etlichen Jahren Prüfer für das SPAZ ist, Winfried Karst, Tony Ossoich und Charlie Brisach das bewährte Programm weitergeführt. Alle vier Sportkameraden haben die „Prüfer-Lizenz“ des Landessportbundes absolviert. Die Abnahmetermine und die Abnahmeorte für das laufende Jahr finden sich auf der Homepage unter der Rubrik „Aktuelles“.

Kontakt:

Winfried Karst, 0171 8239529 oder

E-Mail: wkarst@t-online.de



Winfried Karst

# BAUCH – BEINE – PO



ab 18

Seit nunmehr bereits 15 Jahren unterrichtet die lizenzierte Trainerin Conny Weiss den Klassiker „Bauch, Beine, Po“ in der Hattsteinhalle in Arnoldshain.

In diesem Kurs geht es den „Problemzonen“ an den Kragen! Bauch, Beine und Po werden gekräftigt und in Form gebracht. Besonderes Augenmerk liegt auch auf der Wirbelsäule, sowie der gesamten Hals- und Rückenmuskulatur!

Viele Elemente überschneiden sich mit bekannten Übungen aus Pilates, Rückenfitness und Wirbelsäulenkursen.

Motivierende Musik garantiert eine kurzweilige Stunde!

Am Ende steht immer ein kurzer Dehnungs- und Entspannungsteil. Der Kurs ist für jeden geeignet und erfreut sich nach wie vor großer Beliebtheit.

Im Anschluss an die Stunde findet noch das Faszien-Training, das ist eine Art Selbstmassage mit Hilfe der „Faszienrolle“ und dem „Faszienball“ statt.

Faszien bezeichnet man als das Bindegewebe, welches jeden Muskel, alle Organe, jeden Knochen und selbst die Nerven im ganzen Körper umhüllen.

Durch Bewegungsmangel, Schonhaltung, Stress und falschem Gebrauch des Körpers verkürzen sie sich und verhärten.

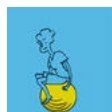


Conny Weiss

Sie verlieren an Elastizität und verkleben, werden starr und unbeweglich und häufig entstehen Schmerzen. Mit dem „Faszien-Training“ wird also das Bindegewebe intensiv bearbeitet. Man übt Druck mit Hilfe der „Faszien-Rolle“ oder dem „Faszien-Ball“ auf das Gewebe aus und regt somit die Durchblutung an und löst Verklebungen. Neugierig geworden?

Montags abends von 19.00-21.00 Uhr  
Vorbeischauen und mitmachen – es lohnt sich!  
Conny Weiss, 0173 8802088 oder  
E-Mail: cw@oberreifenberg.de oder  
Sigrid Neumann-Beck, 06081 963359 oder  
E-Mail: sigrid-neumann-beck@web.de

# FIT AB 50



ab 50

Die Gruppe trifft sich zur Gymnastik und besteht ausschließlich aus Frauen im Alter zwischen 50 und aktuell 80 Jahren.

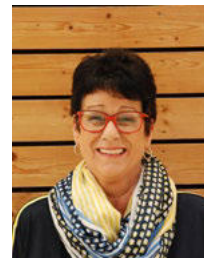
Neben der Förderung und dem Erhalt der körperlichen Beweglichkeit gehört das gemeinsame Miteinander im Anschluss an die wöchentliche Übungsstunde, aber auch zu anderen, besonderen Gelegenheiten zum festen Programm der Damensportgruppe.

Trainingszeiten: Mittwoch 19:00 bis 20:00 Uhr

Kontakt:

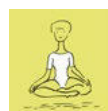
Irka Nimmerrichter, 06084 3500 oder

E-Mail: i.nimmerrichter@gmx.de



Irka Nimmerrichter

# YOGA MIT PATRICIA



ab 18

Ich bin Patricia, und getreu dem Motto „Yoga is not a work-out, it is a work-in“ (Rolf Gates) möchte ich dich auf deinem individuellen Yogaweg begleiten.

In meinem Hatha Yoga-Kurs (besonders für Anfänger geeignet) lade ich dich dazu ein, einen achtsamen Umgang mit dir selbst zu entwickeln, um so Körper und Geist in Harmonie zu bringen. Dabei ist es mir wichtig, dass du deinen individuellen Weg in deinem Tempo und nach deinen Bedürfnissen beschreitest.

Für die Outdoor-Kurse bringe bitte deine eigene Matte, etwas zu Trinken und ggf. einen Yogablock und eine Decke mit.

Kontakt:

Patricia Liller, 0176 93104839



Patricia Liller

An die  
Spvvg Hattstein  
Bereich Hallen- und Freizeitsport  
Triebweg 16  
61389 Schmitten

## Mitgliedsantrag / Änderungsmeldung

**Hiermit beantrage ich die Mitgliedschaft in der Spvvg Hattstein 1972, Abteilung:**

- Badminton    Bauch / Beine / Po    Eltern-Kind-Turnen    Fitab50    Fitum8
- Kindertanz    Kinderturnen    Spiel-mit-Ball    Tischtennis    Yoga
- Ich möchte die Änderung meiner Mitgliedschaft melden**

(Zutreffendes bitte ankreuzen)

Name, Vorname\*: ..... Geburtstag: .....

ggf. Erziehungsberechtigter\*: ..... Geburtstag: .....

Straße, Hausnummer\*: .....

PLZ\*: ..... Ort\*: .....

Telefon: ..... / ..... Mobil: ..... / .....

E-Mail Adresse: .....@.....

### \*Pflichtangabe

**Sind bereits andere Familienmitglieder Mitglied der Spvvg Hattstein? Ja / Nein**

Name des Familienmitglieds.....

Bitte beachten Sie unsere Hinweise auf der folgenden Seite

Durch meine Unterschrift erkenne ich die Satzung, Spiel- und Platzordnungen sowie Beitragsordnung als für mich verbindlich an. Außerdem bestätige ich, dass ich die umseitig beschriebenen Informationen zum Datenschutz / zu den Persönlichkeitsrechten gelesen und verstanden habe. Sie ist auf der Webseite und als Aushang in der Hattsteinhalle einzusehen.

Mit der Unterschriftsleistung erkläre(n) ich/wir mich/uns als gesetzliche(r) Vertreter bereit, für Forderungen des Vereins aus dem Mitgliedschaftsverhältnis einzutreten.

.....

Datum, Ort und Unterschrift (bei Minderjährigen zusätzlich Unterschrift(en) der/des gesetzlichen Vertreters

**Bitte diesen Mitgliedsantrag über den Abteilungs-/Übungsleiter einreichen.**

Sichtvermerk Übungsleiter/Abteilung.....

### SEPA-Lastschriftmandat

## Zum Ausdrucken:

Ich ermächtige den Zahlungsempfänger Spvgg Hattstein 1972 e.V. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Spvgg Hattstein 1972 e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ohne Teilnahme am Lastschriftverfahren ist gemäß Vereinssatzung keine Mitgliedschaft möglich. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name (Kontoinhaber, falls abweichend vom Antragsteller)

Kreditinstitut (Name und BIC)

DE

IBAN

Datum, Ort und Unterschrift

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE44ZZZ00000465456

Mandatsreferenz:.....(Ihre Mitgliedsnummer wird vom Verein ausgefüllt)

### Hinweise zu umseitigem Aufnahmeantrag:

#### Datenschutz/Persönlichkeitsrechte

Ich bin damit einverstanden, dass die Spvgg Hattstein 1972 e.V. Schmitten meine Personalien (Name, Anschrift, Geburtsdatum, E-Mail-Adresse, Telefonnummer oder vergleichbare Daten) sowie Bankdaten erhebt, speichert, nutzt und dem Vorstand zur Verfügung stellt. Die Daten werden ausschließlich dazu verwendet, mich in allen Angelegenheiten, die dem Brauchtum dienen, optimal und umfassend zu informieren, zu beraten und zu betreuen. Bei einem Austritt aus dem Verein werden die Daten aus steuerlichen Gründen erst nach 10 Jahren gelöscht. Die vorstehende Einwilligungserklärung ist freiwillig. Ich kann sie jederzeit widerrufen.

#### Auszug aus der Beitragsordnung: (Stand: Juli 2018)

Jahresbeiträge **Aktive** Mitglieder:

Jahresbeiträge **Passive** Mitglieder:

Erwachsene: <b>70 Euro</b>	Erwachsene <b>36 Euro</b>
Kinder unter 18 Jahren: <b>46 Euro</b>	Kinder unter 18 Jahren <b>18 Euro</b>
Familienbeitrag <b>150 Euro</b>	Familienbeitrag <b>55 Euro</b>

Bei Anmeldung von mindestens 3 Familienmitgliedern gilt der günstige Familienbeitrag. Dazu darf mindestens 1 Mitglied das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben. Das 4. und weitere Mitglieder der Familie sind dann beitragsfrei. Einzelpersonen mit eigenem Hausstand, die in der Ausbildung sind (Studenten, BW, Zivildienst, Lehrlinge (sofern kein Familienbeitrag und nur auf besonderen Antrag) 46 Euro jährlich. Bei Bedarf können in einzelnen Abteilungen Sonderbeiträge erhoben werden. Beitragsbefreiung im ALG-Bereich ist möglich. Bitte nachfragen.

Nachstehend aufgeführte Familienmitglieder werden noch angemeldet:

Name\*: .....Vorname\*: .....Geb.Datum: .....Abteilung: .....

Name\*: .....Vorname\*: .....Geb.Datum: .....Abteilung: .....

Name\*: .....Vorname\*: .....Geb.Datum: .....Abteilung: .....

#### \*Pflichtangabe

Auskunft erteilen:

Peter Achterberg, Spvgg Hattstein (Fußball), Am Pfaffenroth 2, 61389 Schmitten/Taunus Tel: 06084/9006666 oder Carl-Ernst Brisach, Spvgg Hattstein (Hallen- und Freizeitsport), Triebweg 16, 61389 Schmitten/Taunus, 06084/3134

#### NUR FÜR INTERNE ZWECKE – BITTE NICHT AUSFÜLLEN!

Eingang	Mitgliedsnummer		Datum	Handzeichen		Datum	Handzeichen
		EDV			BEZ		
		BGS					