

## Kurse einzelner Vereinsabteilungen

Kursleiterinnen Rosi Neubert, Anni Knieps  
**mittwochs 19.15 – 20.15 Uhr**  
**(20.15 - 20.45 Uhr anschließende Wassergymnastik)**  
**10 x 15.09.2021 – 01.12.2021** (nicht am 03.11. und 17.11.2021)  
**10 x 12.01.2022 – 23.03.2022** (nicht am 02.03.2022)  
Grundschulturnhalle, Ostlandstraße, Karlstadt  
mit Wassergymnastik € 75,00/ohne Wassergymnastik € 40,00 + € 2,55 Sportversicherung

### VK04 Richtig fit ab 50

Wer bislang seinen Weg zum Sport - zur Gymnastik - noch nicht entdeckt hat und Lust verspürt seine Muskeln - ob in den Beinen oder Armen - zu trainieren, ist hier herzlich willkommen. Vom Kopf bis zu den Füßen werden alle Körperteile in Bewegung gesetzt, um Kraft und Kondition zu verbessern. Zur Freude aller wird nach der Gymnastik "Prellball" gespielt. Bei allen sind die Herren auch noch sehr gesellig.  
(Für Interessierte von 50 - 85 Jahren) Dieter Kotterba  
**10 x freitags 19.45 – 21.30 Uhr**  
**ab 17.09.2021 bzw. 14.01.2022 möglich**  
Grundschulturnhalle, Ostlandstraße, Karlstadt  
Nichtvereinsmitglieder € 30,00 + 2,55 Sportversicherung

### VK05 Lauftreff am Samstag

Treffpunkt am Schützenhaus, Stationsweg, Karlstadt  
Sommerzeit: 17.00 Uhr/Winterzeit: 15.00 Uhr  
Nichtmitglieder € 2,55 Sportversicherung  
bzw. auf eigene Verantwortung  
Ansprechpartner: Werner Bayer, Tel.: 09353/90291

### VK06 Wandern (jeden 2. Sonntag im Monat)

Treffpunkt um 9.30 Uhr auf dem Parkplatz am Tiefenweg  
Bitte Aushang im TSV-Kasten gegenüber dem neuen Rathaus beachten.

### VK07 Freizeitvolleyball Damen + Herren gemischt

Die Freizeitvolleyballgruppe, im Alter von 25 – 70 Jahren, nimmt an keiner aktiven Punkterunde teil. Ihr solltet schon einmal Volleyball gespielt haben, egal ob aktiv oder in der Freizeit. Einfach vorbeischaun! Wir freuen uns über Interessierte!  
montags, 20.00 – 22.00 Uhr in der Erwin-Ammann-Halle  
**ab 28.09.2021 bzw. 10.01.2022 möglich – Schnuppern kostenlos!**  
Bei Dauerteilnahme, ist der Beitritt als Mitglied nötig.  
Ansprechpartner: Ludwig Kitz 09353/8312

## Anmeldung

### Anmeldungen:

Geschäftsstelle des TSV Karlstadt,  
Frau Jutta Ringelmann  
Zum Helfenstein 6, 97753 Karlstadt  
Tel.: 093 53 - 90 457, Fax: 093 53 - 90 458  
E-Mail: tsv1884.karlstadt@t-online.de

### Öffnungszeiten:

Montag von 9.00 Uhr – 12.00 Uhr  
Donnerstag 9.00 Uhr – 16.00 Uhr

### Anmeldung:

unter <http://tsv-karlstadt.de/sportarten/gesundheit/>

### Teilnehmer

An den Kursen des TSV Karlstadt können sowohl Vereinsmitglieder als auch Nichtmitglieder teilnehmen.

### Anmeldung

Die Anmeldung ist verbindlich. Die Teilnahmebedingungen werden damit anerkannt. Separate Anmeldebestätigungen werden nicht ausgestellt.

### Kursgebühren

Die Gebührensätze sind zu den entsprechenden Kursen angegeben. Sie werden durch Bankinzug erhoben.  
**Bankinzug erfolgt mit SEPA am 09.12.2021, 21.03.2022 und am 07.07.2022**  
Kontonummer=Mandatsreferenznummer  
Gläubiger-ID DE39ZZZ0000010131

### Kursbelegung

Die Teilnehmerzahl ist bei einigen Kursen beschränkt. Die Reihenfolge der eingegangenen Anmeldungen entscheidet über die Teilnahme. Bei geringer Teilnehmerzahl muss der Kurs abgesagt werden, es sei denn die Teilnehmer erklären sich dazu bereit eine entsprechend erhöhte Kursgebühr zu zahlen.

### Versicherung

TSV-Vereinsmitglieder sind über ihre Mitgliedschaft auch für die Kurse versichert, für Nichtmitglieder schließen wir eine Sportversicherung über den Bayerischen Landessportverband ab. Für Sachschäden und andere Schadensfälle haftet der Verein nicht. Wir empfehlen eine Sportversicherung abzuschließen.

### Rücktritt

Ein Rücktritt von einer vorgenommenen Anmeldung ist nur bis eine Woche vor Kursbeginn möglich, dann aber ggf. schriftlich. Auch kurzfristige und unvorhergesehene Veränderungen (z.B. Krankheit) können hier keine Ausnahme bilden.

Zu allen Kursen erscheinen die Teilnehmer in Sportkleidung und Hallenturnschuhen (keine schwarzen Schlenk!) Der TSV – Gymnastikraum befindet sich in der St. Georg-Schule, Langgasse 17, Karlstadt, hinterer Eingang, 1. Stock rechts.  
Bei Ausfall von Kursstunden, die der TSV nicht zu verantworten hat, können wir keinen Ersatz zusichern bzw. Geld zurückerstatten.

### Datenschutz

Erhebung und Verarbeitung personenbezogener Daten  
Personenbezogene Daten werden nur erhoben, wenn Sie uns diese von sich aus zum Zwecke der Durchführung eines Vertragsverhältnisses z.B. zur Anmeldung eines Kurses mitteilen. Die verantwortliche Stelle hält sich dabei an die Vorgaben der Art. 5 und 6 EU-DSGVO. Im Rahmen der personalisierten Dienste der verantwortlichen Stelle werden Ihre Daten unter der Voraussetzung Ihrer Einwilligung zum Zwecke der Verwaltung des Kurses für die nötigen elektronischen Dienste verarbeitet. Sie haben jederzeit die Möglichkeit, der Speicherung Ihrer personenbezogenen Daten zu widersprechen.  
Bitte senden Sie dazu eine E-Mail an tsv1884.karlstadt@t-online.de mit dem Betreff "Datenbestände austreten".  
Die Verarbeitung und Nutzung Ihrer personenbezogenen Daten erfolgt nach den Vorgaben des BDSG bzw. ab 25.05.2018, der EU-DSGVO.  
Nutzung und Weitergabe personenbezogener Daten  
Die im Rahmen der Anmeldung von der verantwortlichen Stelle (Geschäftsstelle) erhobenen personenbezogenen Daten werden ausschließlich und nur zur Vertragsabwicklung (Kursabrechnung) und Bearbeitung Ihrer Anfragen genutzt. Es findet keine Weitergabe an sonstige Dritte statt.

## Anmeldung

### Anmeldung

Name:

Vorname:

Straße

PLZ/Ort:

Telefon:

E-Mail:

Geb. Datum:

TSV-Mitglied  ja  nein

### EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Bankinzug erfolgt mit SEPA am 09.12.2021, 21.03.2022 und am 07.07.2022  
Kontonummer=Mandatsreferenznummer Gläubiger-ID DE39ZZZ00000010131  
Die Erlaubnis zur Einzugsermächtigung ist Voraussetzung für die Kursteilnahme. Sie gilt mit der Unterschrift auf dieser Anmeldung als erteilt. Bitte beachten Sie auf Ihre korrekt angegebenen Bankverbindungsdaten.

IBAN :

Bankname:

BIC:

Kontonummer = Mandatsreferenz-Nr.

(gut leserlich) Name des / der Kontoinhabers/-in

Ich habe die nebenstehenden Teilnahmebedingungen

Herbst 2021  Frühjahr 2022

Ostern 2022  Sommer 2022

Kursnummer:

Kurs:

Gebühr und Sportversicherung:

€

€

Turn- und Sportverein 1884 Karlstadt e.V.

Geschäftsstelle,  
Zum Helfenstein 6, 97753 Karlstadt  
Tel: 093 53 / 90 457 Fax: 093 53 / 90 458  
E-Mail: tsv1884.karlstadt@t-online.de  
www.tsv-karlstadt.de

Unterschrift des/der Kursteilnehmers/-in u. ggf. des/der Kontoinhabers/-in (falls abweichend)

Datenschutz - Erhebung und Verarbeitung personenbezogener Daten

Personenbezogene Daten werden nur erhoben, wenn Sie uns diese von sich aus, zum Zwecke der Durchführung eines Vertragsverhältnisses z.B. zur Anmeldung eines Kurses mitteilen. Unsere gesamte Datenschutzverordnung finden Sie unter [www.tsv-karlstadt.de](http://www.tsv-karlstadt.de)

DIE ENERGIE  
Weil ich von hier bin.

WICHTIG  
für die  
WALLBOX-  
FÖRDERUNG

WAS HABE ICH?  
ÖKOSTROM?

Ja, hast Du. Seit 11 Jahren. Ohne Aufpreis.

Seit 2010 liefern wir ausschließlich Ökostrom an alle. Manche Versorger lassen sich den Ökostromtarif teuer bezahlen. Bei uns bekommt jeder Ökostrom ohne Aufpreis. Und wer sein Elektroauto mit unserem Ökostrom tankt, kann für seine Wallbox 900 Euro Förderung bekommen. Wenn Sie Kunde von uns sind, können Sie sich zurücklehnen und über Ihren Klimabeitrag freuen. Falls nicht, wird es höchste Zeit, zu wechseln. Einfach anrufen unter 09353 7901 99801 oder online abschließen:  
[www.die-energie.de](http://www.die-energie.de).

TSV KARLSTADT

# Kursprogramm



+++ Yoga mit Steffen +++

Herbst 2021 & Frühjahr 2022





# Kursprogramm TSV KARLSTADT

## Herbst 2021 & Frühjahr 2022

### Allgemeines Kursprogramm - Erwachsene

#### K01 Neue Rückenschule nach KddR und Entspannung

Zur Prävention von Rückenschmerzen werden die Wahrnehmung der Körperhaltung und das Bewegungsverhalten im Alltag geschult, sowie grundlegende theoretische Kenntnisse zur WS/Rücken vermittelt. Übungen zur Beweglichkeit, Kräftigung und Dehnung werden erlernt, auch für das selbstständige Üben zu Hause. Wir schließen den Abend mit einer Entspannung ab. (Sportkleidung, Hallenturnschuhe, Wolldecke und kleines Kissen mitbringen)

Kursleiterin: Monika Scherze  
TSV-Gymnastikraum, St-Georg-Schule, Langgasse 17, Karlstadt  
Kursgebühr € 88,00 + € 2,55 Sportversicherung  
max. 8 Teilnehmer

Dieser Kurs ist zertifiziert nach § 20 SGB V und die Kursgebühr wird von der Krankenkasse erstattet!



10 x montags  
Kurs I 17.30 – 18.30 Uhr, Kurs II 18.45 – 19.45 Uhr  
Herbstkurs: 20.09. – 06.12.2021 (nicht am 01. und 08.11.2021)  
Frühjahrskurs: 10.01. – 21.03.2022 (nicht am 28.02.2022)  
Sommerkurs: 25.04. – 11.07.2022  
(nicht am 6. und 13.07.2022)

#### K02 Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen

Die Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen ist leicht erlernbar, sehr effektiv und universell einsetzbar, also auch für Menschen geeignet, die mit anderen, passiven Entspannungstechniken nicht zurechtkommen. PM hat einen harmonisierenden Einfluss auf unser Nervensystem und ist eine präventive Therapie, die zur Wiederherstellung des normalen Grundspannungszustandes unseres Körpers führt.

Sie üben, einzelne Muskelgruppen in einer bestimmten Reihenfolge bewusst anzuspannen die Muskelspannung kurz zu halten, sie dadurch intensiv zu spüren und anschließend wieder gezielt zu entspannen. Entspannen sich Ihre Muskeln, erfolgt auch eine psychische Entspannung und Sie können lernen besser mit Stress umzugehen.

Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse!  
Kursleiterin: Monika Scherze  
(Hallensportschuhe, bequeme Kleidung, warme Socken, Kopfkissen, Decke)  
TSV-Gymnastikraum, St-Georg-Schule, Langgasse 17, Karlstadt  
4 Teilnehmer (TN) 96 €, 5 TN 77 €, 6 TN 65,00 €  
+ € 2,55 Sportversicherung

Frühjahrskurs: 17.01. – 14.03.2022 (nicht am 28.02.2022)  
8 x montags 20.00 – 21.00 Uhr,  
Herbstkurs: 27.09. – 29.11.2021  
(nicht am 01. und 08.11.2021)

### Allgemeines Kursprogramm - Erwachsene

#### K06 Aqua-Jogging für Frauen

Durch den Mix aus Aqua-Gymnastik und Aqua-Walking wird der gesamte Bewegungsapparat mobilisiert. (Arme, Beine, Po und Rumpf trainiert.) Die Teilnehmer erhalten einen Gurt aus festem Schaumstoff. Durch den Gurt wird das Körpergewicht bis auf ein Zehntel gegenüber dem Gewicht an Land verringert. Somit wird der Bewegungsapparat entlastet. Ideal bei Gelenk- und Wirbelsäulenproblemen. Es wird Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer (Herz-Kreislauf) trainiert. Aquajogging gleicht einem iso-kinetischen Training: Das Wasser bietet Ihnen nur so viel Widerstand, wie Sie Kraft einsetzen. Deshalb können Sie selbst bestimmen und kontrollieren, wie sanft oder hart Sie trainieren wollen. Der Wasserwiderstand wirkt zugleich wie eine stetige "Dauermassage" für Haut und Bindegewebe. (Kursbeginn ab 7 Teilnehmer) (max. 10 Teilnehmer)

Kursleiterin: Vildan Schrenk (Kilicarslan)  
Im Hallenbad, Krönleinsweg, Karlstadt  
10 x freitags 16.15 – 17.00 Uhr  
Herbstkurs: von 24.09.2021 bis 03.12.2021 (nicht am 05.11.2021)  
Frühjahrskurs: von 14.01.2022 bis 25.03.2022 (nicht am 04.03.2021)  
(bei 7 TN 85,- €, 8 TN – 80,- €, 9 TN - 75,- €)

#### K 07 + K 08 Aqua-Vital – Wassergymnastik mit Karin

Grundschulschwimmbad, Ostlandstraße, Karlstadt  
Donnerstag 17.30-18.30 Uhr und 18.45-19.45 Uhr.  
Beginn ab 23.09.2021!  
Bei Druck waren leider schon **keine Plätze** mehr frei!  
10 x freitags 16.15 – 17.00 Uhr  
Herbstkurs: von 24.09.2021 bis 03.12.2021 (nicht am 05.11.2021)  
Frühjahrskurs: von 14.01.2022 bis 25.03.2022 (nicht am 04.03.2021)  
(bei 7 TN 85,- €, 8 TN – 80,- €, 9 TN - 75,- €)

Hier werden körperliche Komponenten wie Kraft, Beweglichkeit und Koordination gefördert und trainiert. Die Muskulatur gekräftigt und gleichzeitig gedehnt und dadurch die Körperhaltung verbessert. Bei regelmäßigem Training gehören Rückenschmerzen und Verspannungen bald der Vergangenheit an.  
Kursleiterin: Heike Binner-Urrutia  
TSV Gymnastikraum, St. Georg – Schule, Langgasse 17, Karlstadt  
(Sportkleidung, Wolldecke und kl. Kissen mitbringen)  
Nichtmitglieder + € 2,55 Sportversicherung

Zertifiziert nach § 20 SGB V und die Kursgebühr wird von der Krankenkasse erstattet!

K14 8.00 – 9.00 Uhr I  
K15 9.00 – 10.00 Uhr II  
K16 10.15 – 11.15 Uhr III  
Herbstkurs: 12x 29.09. – 15.12.2021 (auch am 03.11.) 90,00 €

Frühjahrskurs: 13x 12.01. – 06.04.2022 (auch am 02.03.2022) 97,50 €

Sommerkurs: 10x 27.04. – 29.06.2022 (auch am 08.+15.06.) 75,00 €

#### K19 Hatha-Yoga mit Steffen

ist traditionelles Yoga mit modernen Bewegungselementen. Entspannung, Stressreduktion, sowie die Verbesserung der allgemeinen Beweglichkeit und Kraft stehen im Vordergrund dieses Kurses. Dadurch steigert sich das körperliche und mentale Wohlbefinden. Lernen Sie, Ihren Körper wieder bewusst wahrzunehmen.

Es sind keine besonderen Vorkenntnisse für diesen Kurs nötig.  
Kursleiter: Steffen Amrhein  
(Bitte Gymnastik/Yogamatte, Decke, bequeme Sportkleidung und ggf. etwas zu trinken, falls vorhanden ein Sitzkissen mitbringen.)  
TSV Gymnastikraum, St. Georg – Schule, Langgasse 17, Karlstadt  
10x Mittwoch 18.00 – 19.30 Uhr – 90 Minuten – 120,00 €  
+ € 2,55 Sportversicherung für Nichtmitglieder

Herbstkurs: 15.09.2021 – 17.11.2021  
Winterkurs: 24.11.2021 – 09.02.2022  
Frühjahrskurs: 16.02.2022 – 20.04.2022

Kurse auch am Dienstag oder Donnerstag mit Steffen möglich  
Termine unter [www.mein-yoga-karlstadt.de](http://www.mein-yoga-karlstadt.de)

Zertifiziert nach § 20 SGB V und die Kursgebühr wird von der Krankenkasse erstattet!

Impressum:  
Herausgeber:  
TSV KARLSTADT, 97753 Karlstadt,  
Zum Helfenstein 6

Texte:  
Jutta Ringelmann  
Inserate:  
Jutta Ringelmann

Druck :  
Druckerei Grote, Lohr a. Main  
Titelbild: Yoga Steffen, Amrhein

### Allgemeines Kursprogramm - Kinder und Jugendliche

K 25 + K 26 Krabbel- und Spielstunde für Mutter und/oder Vater und Kleinkinder  
ab 1 ½ bis zum vollendeten 3. Lebensjahr.  
ab 3 Jahren ist Turnen im Verein möglich.

Singen, Tanzen, Spielen, Turnen, Klettern. Bewegungserfahrungen mit Mutter oder Vater in einer fröhlichen Gruppe. Zur Förderung der motorischen Entfaltung des Kindes.  
Kursleiterin: Claudia Fenn  
Grundschulturnhalle, Ostlandstraße, Karlstadt  
K25 – dienstags 14.45 – 15.30 Uhr  
K26 – dienstags 15.30 – 16.15 Uhr  
Herbstkurs: 21.09. – 14.12.2021 (nicht am 02.11.2021) 12x 50,40 €  
Frühjahrskurs: 11.01. – 05.03.2021 (nicht am 16.02.2021) 12x 50,40 €  
€ 2,55 Sportversicherung

K27 Schwimmen lernen für Kinder ab 5 Jahre !!  
Alle Kurse voll !! Warteliste !!

im Grundschulschwimmbad, Ostlandstraße, Karlstadt  
Mitglieder € 50,- Nichtmitglieder € 65,-  
+ € 2,55 Sportversicherung  
Kursleiterin: Karin Höhn  
10 x dienstags 17.15 – 18.00 Uhr und  
mittwochs 17.45 – 18.30 Uhr

Herbstkurs: 21.09. – 20.10.2021  
(Folgekurs 26.10. – 01.12.2021 (nicht am 02.+03.11.2021))  
Frühjahrskurs: 11.01. – 09.02.2022  
(Folgekurs 15.02. – 23.03.2022)  
(nicht am 02. und 03.03.2022)  
Osterkurs: 26.04. – 25.05.2022  
(nicht in den Pfingstferien)

(Folgekurs 31.05. – 13.07.2022)  
Da nur wenige Kinder innerhalb der 10 Stunden das Schwimmen erlernen, wird ein Folgekurs angehängt bzw. empfohlen. Bitte melden Sie den Folgekurs bei der Kursleiterin Karin Höhn weiter.

#### K 30 – K 34 Tanzen mit Kerstin

Am Freitag im TSV Gymnastikraum,  
St. Georg-Schule, Langgasse, Kursleiterin: Kerstin Heine  
Leider finden die Herbstkurse nicht statt.  
Wir planen fürs Frühjahr!!

K 30 Spielerisches Tanzen für Kinder (3-6 Jahre)  
15.00 – 15.45 Uhr  
K 31 Everybody dance now (6-9 Jahre, Grundschule)  
16.00 – 17.00 Uhr  
K 32 Everybody dance now (10-13 Jahre)  
17.00 – 18.00 Uhr  
K 33 Move it I (ab 14 Jahren) 18.00 – 19.00 Uhr  
K 34 Move it II (ab 16 Jahren) 19.00 – 20.00 Uhr

#### K37 Kinderhandball Schnupperkurs für Kinder ab 6 Jahren gemischt

Ziel in diesem Schnupperkurs ist es, den Kindern durch Freude an der Bewegung, spielerisch Koordination und Kondition sowie Körpergefühl zu geben und für den Ballsport begeistern.  
Nichtmitglieder € 15,00 + € 2,55 Sportversicherung,  
Kursleiterin: Jutta Ringelmann  
10x montags 17.30 – 18.30 Uhr Kinder ab 21.09.2021  
bzw. 10.01.2022 möglich  
Realschulturnhalle, Krönleinsweg, Karlstadt

### Kurse einzelner Vereinsabteilungen

VK01 ER + SIE Fitnessgymnastik,  
Kräftigung, Mobilisierung, Dehnung von Kopf bis Fuß, mit und ohne Terraband/Gymnastikball.  
jeweils 6x mittwochs 20.00 – 21.00 Uhr,  
30.09. - 28.10.2021  
27.10. - 08.12.2021 (nicht am 17.11.2021)  
12.01. - 16.02.2022 (nicht am 17.02.2021)  
23.02. – 06.04.2022 (nicht am 02.03.2022)  
Nichtmitglieder + 2,55 € Sportversicherung,  
Kursleiter: Michael Wagner

VK02 Stuhlgymnastik für Senioren  
Mit bequemer Kleidung und Sportschuhen können Sie auf dem Stuhl/Hocker sitzend Kraft und Beweglichkeit trainieren.  
Kursleiter: Anni Knieps, Rosi Neubert  
TSV-Gymnastikraum, St-Georg-Schule, Langgasse 17, Karlstadt

40 € + 2,55 € Sportversicherung für Nichtmitglieder  
12 x montags 10.00 – 10.45 Uhr, max. 9 Teilnehmer  
Herbstkurs: 20.09. – 13.12.2021 (nicht am 01.11.2021)  
Frühjahrskurs: 10.01. – 04.04.2022 (nicht am 28.02.)

VK03 Damengymnastik mit anschließender Wassergymnastik  
Frauen, die einmal wöchentlich etwas für sich und ihren Körper tun wollen, sind bei der Damengymnastik gut aufgehoben. Mit Kräftigungs-, Dehnungs- und Stabilisationsübungen wird der Körper von Kopf bis Fuß durchgearbeitet. Anschließend kann ab 20.15 Uhr an der Wassergymnastik im Grundschulschwimmbaden teilgenommen werden. Die Übungen im warmen Wasser wirken insbesondere auf die Gelenke entlastend. Die Durchblutung wird verbessert, der Muskeltonus vermindert.

## Bewegung aktiv erleben

Wir beraten Sie gerne:

**VitaFit Apotheke**  
am Krankenhaus  
Apotheker Christoph Weißhaar e. K.  
Gemündenerstr.10 • Tel. 0 93 53 / 98 30 74  
97753 Karlstadt • Fax. 0 93 53 / 98 30 75  
www.vita-fit-apotheke.de • info@vita-fit-apotheke.de

**MOHREN APOTHEKE**  
CHRISTOPH WEISSHAAR  
AM MARKTPLATZ • 97753 KARLSTADT  
TELEFON 093 53/23411 • FAX 093 53/68 50  
WWW.MOHREN-APOTHEKE-KARLSTADT.DE  
BESTELL- UND LIEFERSERVICE 0800 / 23 41 68 5 (ANRUF KOSTENFREI)

## Schützen Sie Ihre Augen!



SONNENBRILLE  
EINSTÄRKEN  
**69** EUR

SONNENBRILLE  
GLEITSICHT  
**169** EUR

in Ihrer Sehstärke  
Fassung inkl. Kunststoff-Sonnenschutzgläser  
Tönung mit UV-Schutz  
in verschiedenen Formen und Farben  
Angebot gilt soweit technisch möglich.

**BRILLEN**  
Jandl  
& HÖRGERÄTE

Am Schnellertor 4 • 97753 Karlstadt  
Inh. Helmut Jandl • Tel. 09353-90 444  
kontakt@brillen-jandl.de  
Öffnungszeiten durchgehend:  
Mo-Mi + Fr 9-18 Uhr • Do 9-20 Uhr  
Sa 9-13 Uhr oder nach Vereinbarung

Wir danken allen Sponsoren  
für Ihre Unterstützung.

orthomol arthro plus