



# FITNESS-BOXEN

## Was euch erwartet:

Ihr wollt den Boxsport nutzen, um körperlich fit und ausdauernd zu werden? Eure Beweglichkeit und Stärke verbessern? Eure Selbstsicherheit und -behauptung stärken? Bei Konflikten reflektierter und durchdachter handeln? Frust aus dem Alltag mit Sport loswerden? Den Kampf ohne Gegner trainieren?

Trainer Richard Vincent ist ABA-Coach und Survivaltrainer. Seit Jahren nutzt er seine Erfahrungen als Teamtrainer der Britischen Armee in der pädagogischen Jugendarbeit.

Unterstützt wird er während des Trainings durch seinen Sohn Tobias Vincent.

## Wer kann mitmachen?

Wir freuen uns über Anmeldungen von Jugendlichen im Alter von 10 bis 18 Jahren unabhängig vom Geschlecht.

Die Teilnehmer:innenzahl ist beschränkt. Also bei Interesse schnell anmelden!

Die Teilnahme ist (durch die Förderung durch die Stiftung Bildung) für euch kostenlos!

**wichtiger Hinweis: Der Boxkurs findet vorbehaltlich der Bewilligung der benötigten Fördermittel statt.**

## Wann?

Das Training findet an folgenden 9 Terminen jeweils freitags von 15:00 - 16:00 Uhr statt:  
25.04. - 02.05. - 09.05. - 16.05. - 23.05. - 06.06.  
- 13.06. - 20.06. - 27.06.

Alle Teilnehmer:innen werden gebeten, jeweils bereits um 14:45 Uhr vor Ort zu sein, um beim Aufbau der Trainingsgeräte zu helfen. So kann das Training pünktlich beginnen.

## Wo?

Veranstaltungsort ist die Multifunktionshalle (Alte Turnhalle) in der Klosterstraße 1 in Ostercappeln.

## Wie könnt ihr euch anmelden?

Bitte sendet für die Anmeldung ein Foto oder Scan des ausgefüllten Anmeldebogens bis zum 07.03.25 an [kuhlmann@ostercappeln.de](mailto:kuhlmann@ostercappeln.de). Alternativ kann der Bogen auch persönlich bei den Betreuenden der Jugendtreffs in Ostercappeln abgegeben werden.

## Was müsst ihr mitbringen?

Bitte deckt euch ausreichend mit Getränken ein. Kommt am besten bereits in Sportkleidung zum Training und wechselt vor Ort nur noch in eure Hallenturnschuhe. Box-Utensilien halten wir für euch vor Ort bereit.

## Anmeldung

Hiermit melde ich mein Kind für die Veranstaltung „Fitnessboxen“ im Frühjahr 2025 an.

Nachname, Vorname:

Alter: \_\_\_\_\_

Handynummer (mit Erreichbarkeit während der Veranstaltung): \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse: \_\_\_\_\_

Sonstige Anmerkungen:

(z.B. Allergien, körperliche Einschränkungen wie Asthma, notwendige Medikamente etc.)

## Einverständniserklärung der Eltern

Hiermit stimme ich \_\_\_\_\_

(Name, Vorname) als Erziehungsberechtigte/r der Teilnahme unseres

Kindes \_\_\_\_\_ (Name, Vorname) am Fitnessboxtraining zu.

Durch meine Unterschrift erkläre ich mich damit einverstanden, dass die hier von mir genannten personenbezogenen Daten im Rahmen der Durchführung der Veranstaltung von der Jugendpflege Ostercappeln erhoben und genutzt, für die Durchführung der Veranstaltung an den Trainer Richard Vincent weitergegeben, sowie für den gesetzlich vorgeschriebenen Zeitraum gespeichert werden dürfen.

Sie erklären sich zudem damit einverstanden, dass die Jugendpflege eine Teilnehmerliste, die Vor- und Nachname enthält, an die Stiftung Bildung als Fördermittelgeber weitergibt. Im Falle einer Prüfung gestattet die Stiftung dem Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA), dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und dem Bundesrechnungshof die Dateneinsicht. Dies ist Voraussetzung für die Fördermittelvergabe. Auch damit erklären Sie sich mit Ihrer Unterschrift einverstanden.

Darüber hinaus findet keine Datennutzung statt. Die Unterzeichnung dieser Einwilligungserklärung ist freiwillig.

Die Einwilligung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden. Der Widerruf ist zu richten an die Gemeinde Ostercappeln, FD 1, Gildebrede 1, 49179 Ostercappeln oder per E-Mail an [info@ostercappeln.de](mailto:info@ostercappeln.de).

Durch den Widerruf der Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Weitere Informationen zum Datenschutz sind über die Internetauftritte der Gemeinde unter der Rubrik „Impressum“ abzurufen.

Ort, Datum

Unterschrift eines/r Erziehungsberechtigten



## Veranstalter und Ansprechpartner bei offenen Fragen und für die Anmeldung

Jugendpflege der Gemeinde Ostercappeln

Franziska Kuhlmann

017175666505

[kuhlmann@ostercappeln.de](mailto:kuhlmann@ostercappeln.de)

Büro in der Ludwig-Windthorst-Schule Raum E10

## Kontaktdaten des Boxtrainers

**Richard Vincent**

zum Beispiel zur Kontaktaufnahme bei kurzfristiger Verhinderung an der Teilnahme

[gosurvival@googlemail.com](mailto:gosurvival@googlemail.com)

