

BEWEGT LEBEN

bewegt leben

Stand: 25.06.2026

Individuelle Beratung & Info * für Interessierte!

Mo, 14.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen – Gym ~Sitzen/ Stehen/ Gehen~ 10:00 – 11:00 Uhr, 10 x 60'	Di, 13.01.26; 139,00 € Wirbelsäulen -Gym 9:15 – 10:15 Uhr, 10 x 60'	Mi, 16.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen - Gym 09:45 – 10:45 Uhr, 10 x 60'		Fr, 25.09.26; 129,00 € BeBo – Training ~ soft 9:15 – 10:15 Uhr; 8 x 60'
KURSPLAN Herbst/Winter 2026 Bezuschussung durch die GKV (gesetzl. Krankenkassen) von 75 € bis 100% der Kurskosten möglich	Di, 15.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen - Gym 10:30 – 11:30 Uhr, 10 x 60'	Mi, 16.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen – Gym ~Sitzen/ Stehen/ Gehen~ 11:00 – 12:00 Uhr, 10 x	Do, 17.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen - Gym ~Sitzen/Stehen/Gehen~ 10:00 – 11:00 Uhr, 10 x 60	Fr, 18.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen - Gym ~ soft 10:30 – 11:30 Uhr, 10 x 60'
	Di, 15.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen –Gym ~ soft 16:00 – 17:00 Uhr, 10 x 60'			Do, 17.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen - Gym ~Sitzen/Stehen/Gehen~ 15:30 – 16:30 Uhr, 10 x 60
Mo, 14.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen - Gym ~ soft 17:30 – 18:30 Uhr, 10 x	Di, 15.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen - Gym 17:30 – 18:30 Uhr, 10 x 60'	Mi, 23.09.26; 129,00 € BeBo – Training ~ soft 17:30 – 18:30 Uhr, 8 x 60'	Do, 24.09.26; 144,00 € Beckenbodenschule® 17:30 – 18:45 Uhr, 8 x 75'	Fr, 18.09.26; 139,00 € Stretch & Relax 16:45 – 18:00 Uhr; 8 x 75'
Mo, 14.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen - Gym ~ intensiv 18:45 – 19:45 Uhr, 10 x	Di, 15.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen - Gym ~ intensiv 18:45 – 19:45 Uhr, 10 x 60'	Mi, 23.09.26; 129,00 € BeBo – Training ~ intensiv 18:45 – 19:45 Uhr, 8 x 60'	Do, 24.09.26; 139,00 € Wirbelsäulen – Gym ~ intensiv 19:00 – 20:00 Uhr, 10 x 60'	Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung, vielen Dank!

* Wir bitten um **Anmeldung** zu einem kostenlosen **Beratungs-** und **Kennenlerntermin**, danke!

Bitte beachten Sie: Der Kurs kann einen Arztbesuch oder eine physiotherapeutische Anwendung nicht ersetzen.
Wenn Sie an akuten Beschwerden leiden, sollten Sie zuerst den Rat Ihres Arztes einholen!

BEWEGT LEBEN

bewegt leben

Preisliste:

Kurs	Preis	Teilnehmer- Anzahl	Kurseinheiten
Wirbelsäulen-Gym	139,00 € *	max. 6 TN	10 x 60 min
Wirbelsäulen-Gym ~soft~	139,00 € *	max. 6 TN	10 x 60 min.
Wirbelsäulen-Gym ~sitzen-stehen-gehen~	139,00 € *	max. 6 TN	10 x 60 min.
Beckenbodenschule	144,00 € *	max. 6 TN	8 x 75 min.
Beckenboden- Training	129,00 € *	max. 6 TN	8 x 60 min.
Faszien/ Faszien ~soft~	139,00 € *	max. 6 TN	8 x 75 min.
Stretch & Relax	139,00 € *	max. 6 TN	8 x 75 min.

Stand: 01.07.2025

- * **gesetzlich Versicherte:**
individuelle Bezuschussung der Kosten seitens der gesetzlichen Krankenkassen
von mind. 80 € pro Kurs (2 x jährlich möglich!)