

BEWEGT LEBEN

bewegt leben

Individuelle Beratung & Info * für Interessierte!

Mo, 16.09.24; 129,00 € Wirbelsäulen – Gym ~Sitzen/ Stehen/ Gehen~ 10:00 – 11:00 Uhr, 10 x 60'	Di, 17.09.24; 129,00 € BeBo - Training 9:15 – 10:15 Uhr, 8 x 60'	Mi, 18.09.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 10:00 – 11:00 Uhr, 10 x 60'	Do, 26.09.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym ~Sitzen/ Stehen/ Gehen~ 10:00 – 11:00 Uhr, 10 x 60'	
KURSPLAN Herbst 2024 Bezuschussung der Präventionskurse durch die gesetzlichen Krankenkassen von 75 € bis 100% der Kurskosten.	Di, 17.09.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 10:30 – 11:30 Uhr, 10 x 60'			Fr, 20.09.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym ~soft~ 10:30 – 11:30 Uhr, 10 x 60'
	Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung , vielen Dank!			Fr, 20.09.24; 129,00 € Stretch & Relax 15:15 – 16:30 Uhr; 8 x 75'
Mo, 16.09.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym ~soft~ 17:30 – 18:30 Uhr, 10 x 60'	Di, 24.09.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 17:30 – 18:30 Uhr, 10 x 60'	Mi, 18.09.24; 144,00 € Beckenbodenschule® 17:15 – 18:30 Uhr, 8 x 75'	KURSPLAN Herbst 2024	Fr, 20.09.24; 129,00 € Stretch & Relax 16:45 – 18:00 Uhr; 8 x 75'
Mo, 16.09.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 18:45 – 19:45 Uhr, 10 x 60'	Di, 24.09.24; 139,00 € Faszinierendes Faszientraining 18:45 – 20:00 Uhr, 8 x 75'	Mi 18.09.24; 129,00 € BeBo - Training 18:45 – 19:45 Uhr, 8 x 60'	Do, 19.09.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 19:00 – 20:00 Uhr, 10 x 60'	

*** 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	129,00 € *	max. 6 TN	10 x 60 min
Wirbelsäulen-Gym ~soft~	129,00 € *	max. 6 TN	10 x 60 min.
Wirbelsäulen-Gym ~sitzen-stehen-gehen~	129,00 € *	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.
Beckenboden & Rectus diastase	129,00 € *	max. 6 TN	8 x 60 min.
Faszien/ Faszien ~soft~	139,00 € *	max. 6 TN	8 x 75 min.
Stretch & Relax	129,00 € *	max. 6 TN	8 x 75 min.

Stand: 01.01.2024

- * **gesetzlich Versicherte:**
individuelle Bezuschussung der Kosten seitens der gesetzlichen Krankenkassen
von mind. 75 € pro Kurs (2 x jährlich möglich!)