

BEWEGT LEBEN

bewegt Leben

Individuelle Beratung & Info * für Interessierte!

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| Mo, 22.04.24; 129,00 € Wirbelsäulen – Gym ~Sitzen/ Stehen/ Gehen~ 10:00 – 11:00 Uhr, 10 x | Di, 23.04.24; 144,00 € Beckenbodenschule® 9:00 – 10:15 Uhr, 8 x 75' | Mi, 24.04.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 10:00 – 11:00 Uhr, 10 x 60' | Do, 25.04.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym ~Sitzen/ Stehen/ Gehen~ 10:00 – 11:00 Uhr, 10 x 60' | Fr, 26.04.24; 129,00 € Stretch & Relax 9:00 – 10:15 Uhr; 8 x 75' |
| KURSPLAN Frühjahr / Sommer 2024 | Di, 23.04.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 10:30 – 11:30 Uhr, 10 x 60' |  | | Fr, 26.04.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym ~soft~ 10:30 – 11:30 Uhr, 10 x 60' |
| | Di, 23.04.24; 129,00 € Nordic Walking 15:15 – 16:30 Uhr, 8 x 75' | | | Fr, 26.04.24; 129,00 € Stretch & Relax 16:15 – 17:30 Uhr; 8 x 75' |
| Mo, 22.04.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 17:30 – 18:30 Uhr, 10 x | Di, 23.04.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 17:30 – 18:30 Uhr, 10 x 60' | Mi, 24.04.24; 144,00 € Beckenbodenschule® 17:15 – 18:30 Uhr, 8 x 75' | KURSPLAN Frühjahr / Sommer 2024 | <p>Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung, vielen Dank!</p> |
| Mo, 22.04.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 18:45 – 19:45 Uhr, 10 x | Di, 23.04.24; 139,00 € Faszinierendes Faszientraining 18:45 – 20:00 Uhr, 8 x 75' | Mi 24.04.24; 129,00 € BeBo - Training 18:45 – 19:45 Uhr, 8 x 60' | Do, 25.04.24; 129,00 € Wirbelsäulen - Gym 19:00 – 20:00 Uhr, 10 x 60' | |

*** Wir bitten um **Anmeldung** zu einem kostenlosen **Beratungs-** und **Kennenlernertermin**, 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!)