

Gesundheitskurse 2. Kurshalbjahr 2024

NEU: Pilates

Kurs 1: 04.09. – 13.11. 2024 um 16:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **mittwochs** über 10 Wochen)

Kurs 2: 04.09. – 13.11. 2024 um 17:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **mittwochs** über 10 Wochen)

Kurs 3: 15.10. – 17.12. 2024 um 16:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **dienstags** über 10 Wochen)

Kurs 4: 15.10. – 17.12. 2024 um 17:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **dienstags** über 10 Wochen)

Autogenes Training

Kurs 1: 18.09. – 27.11. 2024 um 18:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **mittwochs** über 10 Wochen)

Rückenschule

Kurs 1: 19.09. – 12.12. 2024 um 17:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **donnerstags** über 10 Wochen)

Kurs 2: 14.10. – 16.12. 2024 um 17:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **montags** über 10 Wochen)

Kurs 3: 15.10. – 17.12. 2024 um 9:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **dienstags** über 10 Wochen)

Vitalzirkel Kraft

Kurs 1: 14.10. – 02.12. 2024 um 16:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **montags** über 8 Wochen)

Kurs 2: 15.10. – 03.12. 2024 um 10:30 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **dienstags** über 8 Wochen)

Kurs 3: 16.10. – 04.12. 2024 um 9:45 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **mittwochs** über 8 Wochen)

Kurs 4: 17.10. – 12.12. 2024 um 9:00 Uhr

(Dauer: 1 Stunde, immer **donnerstags** über 8 Wochen)

Alle Kurse sind zertifizierte Präventionskurse § 20 SGB V. Krankenkassen fördern gesundheitsbewusstes Verhalten und erstatten die Kursgebühr bei zertifizierten Kursen zu ca. 80%.

Praxis für *Physiotherapie & Gesundheit*

Straße der Freundschaft 13
39638 Gardelegen

Tel. 03907/ 77 88 077