




# Kursprogramm ab Herbst 2020



Kurs	Beginn	Dauer	Zeit	Kosten
<b>TK – Rücken basic</b> (komplette Kostenübernahme für TK Versicherte)	Do, 08.10.2020	9 x	19.30 - 20.30	120€*
<b>Sling Training</b> für Anfänger/ <i>Fortgeschrittene</i>	Mo, 05.10.2020	10 x	19.15 - 20.15	110 €*
<b>Sling Training</b> für <i>Fortgeschrittene</i>	Mi, 07.10.2020	10 x	19.00 - 20.00	110 €*
<b>Sling Training</b> für <i>Fortgeschrittene</i>	Mi, 07.10.2020	10 x	20.15 - 21.15	100 €*
	ganzjährig Kursbeginn laufend möglich	3 Monate inkl. drei Präsenzterminen (dienstags oder donnerstags)	18.15 - 19.00	135 €

**Bewegung und Sport bei Brustkrebs (DMP)**Kursbeginn nach  
Absprache möglich

12 x

95 €\*  
  
**Stress lass nach –  
ein Stresspräventionsprogramm**

Die, 26.01.2021

8 x

19.00 – 20.30

125€\*

**Hatha Yoga**

Mo, 28.09.2020

10 x

9.15 – 10.45

140 €\*  
  
Mo, 28.09.2020

10 x

11.00 – 12.30

140 €\*  
  
\* Bei diesen Kursen beteiligen sich die gesetzlichen Krankenkassen nach regelmäßiger Teilnahme an den Kurskosten.