



Kursprogramm ab Herbst 2022

Kurs	Beginn	Dauer	Zeit	Kosten
Rückenfit mit Stabilisations- und Sling- Übungen <i>(Anfänger/Fortgeschrittene)</i>	Mi, 05.10.2022	10 x	19.00 - 20.00	120 €*
Rückenfit mit Stabilisations- und Sling- Übungen <i>(Fortgeschrittene)</i>	Mi, 05.10.2022	10 x	20.15 - 21.15	120 €*
e TRAINING	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 €*
Hatha Yoga	Mo, 26.09.2022	10 x	9.15 – 10.45	160 €*
	Mo, 26.09.2022	10 x	11.00 – 12.30	160 €*
	Fr, 07.10.2022	10 x	17.15 – 18.45	160 €*



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