

Kursübersicht 1. Trimester 2019

Stadtteil	Wochentag	Uhrzeit	Kurs	Zeitraum	Ter- mine	Schnupper- stunde	Preis
Vogelsang	montags	09:30 - 11.00	Gymnastik mit Gefühl <i>Feldenkrais& Rücken- schule Präventionskurs nach §20 SGB V</i>	18.03. – 17.06.19	12	11.03.19	170 €
Vogelsang	donnerstags	15:30-16:30	Yoga sanft	10er-Karte		14.03.19	100 €
Vogelsang	Donnerstags	16:35-17:20	Happy Time (Dancecar- diottraining, Kräftigungs- flows, Elemente aus dem Yoga)	10er Karte		14.03.19	100 €
Vogelsang	donnerstags	18:00 - 19:30	ICH nehme ab! <i>Präventionskurs nach §20 SGB V (Ernährung)</i>	07.03.- 27.06.19	12	-	275 €
Vogelsang	freitags	12:15-13:15	Faszientraining	10er-Karte			100 €

Kursübersicht 2. Trimester 2019

Stadtteil	Wochentag	Uhrzeit	Kurs	Zeitraum	Ter- mine	Schnupper- stunde	Preis
Vogelsang	montags	09:30 - 11.00	Gymnastik mit Gefühl <i>Feldenkrais& Rücken- schule Präventionskurs nach §20 SGB V</i>	08.04.. – 08.07.19	10	01.04.19	170 €
Worringen	montags	16.15 - 17.00	Intensivtraining zur Stoff- wechselaktivierung <i>Präven- tionskurs nach §20 SGB V</i>	08.04. – 08.07.19	10	01.04.19	105 €
Vogelsang	dienstags	14:00- 15:00	Sturzprophylaxe	02.04.- 14.05.19	7	19.03.19!	65 €
Vogelsang	dienstags	19:00 - 20:00	Ganzkörperkräftigung zur Optimierung des Stoff- wechsels <i>Präventionskurs nach §20 SGB V</i>	09.04. – 09.07.19	10 (+1)	02.04.19	140 €
Vogelsang	donnerstags	11:00 - 12:00	Ganzkörperkräftigung zur Optimierung des Stoff- wechsels <i>Präventionskurs nach §20 SGB V</i>	11.04. – 11.07.19	10 (+1)	04.04.19	140 €
Vogelsang	donnersags	15:30- 16:30	Yoga sanft	10er- Karte		14.03.19	100 €
Vogelsang	donnerstags	16:35- 17:20	Happy Time (Dancecardiotraining, Kräftigungsflows, Elemente aus dem Yoga)	10er Karte			100 €

Vogelsang	donnerstags	18:00 - 19:30	ICH nehme ab! <i>Präventionskurs nach §20 SGB V (Ernährung)</i>	07.03.- 27.06.19	12	-	275 €
Vogelsang	freitags	12:15- 13:15	Faszientraining	10er- Karte			100 €

Kursübersicht 3. Trimester 2019

Stadtteil	Wochentag	Uhrzeit	Kurs	Zeitraum	Ter- mine	Schnupper- stunde	Preis
Vogelsang	montags	09:30 - 11:00	Gymnastik mit Gefühl Feldenkrais& Rücken- schule <i>Präventionskurs nach §20 SGB V</i>	07.10. – 16.12.19	10	23.09.19	170 €
Worringen	montags	16.15 - 17.00	Ganzkörperkräftigung zur Optimierung des Stoffwechsels <i>Präventi- onskurs nach §20 SGB V</i>	07.10. – 16.12.19	10	23.09.19	14 0 €
Zollstock	montags	19:00 - 20:00	Aquafitness <i>Präventionskurs nach §20 SGB V</i>	30.09.. – 16.12.19	10	-	115 €
Zollstock	montags	20:00 - 21:00	Aquafitness <i>Präventionskurs nach §20 SGB V</i>	30.09.. – 16.12.19	10	-	115 €
Vogelsang	dienstags	19:00 - 20:00	Ganzkörperkräftigung zur Optimierung des Stoffwechsels <i>Präventi- onskurs nach §20 SGB V</i>	01.10. – 17.12.19	10 (+1)	24.09.19	120 €
Vogelsang	donnerstags	11:00 - 12:00	Ganzkörperkräftigung zur Optimierung des Stoffwechsels <i>Präventi- onskurs nach §20 SGB V</i>	10.10. – 19.12.19	10 (+1)	26.09.19	120 €
Vogelsang	donnerstags	18:00 - 19:30	ICH nehme ab! <i>Präventionskurs nach §20 SGB V (Ernährung)</i>	In Planung	12	-	275 €
Vogelsang	freitags	12.15 - 13.15	Faszientraining	2. Quartal	10 er Karte		100 €