

Unser zertifiziertes Kursprogramm

Frühjahr / Sommer 2018

Fußschule

8 x 1 Std. & 1x 20 Min. Fußmassage

Mo, 29. Januar (11.00 Uhr)
Mo, 26. März (11.00 Uhr)
Mo, 28. Mai (11.00 Uhr)
Mo, 6. August (11.00 Uhr)

WOCHENENDKURS

24. und 25. Februar
19. und 20. Mai
(jeweils 10.00 - 14.00 Uhr)

Pilates

10 x 1 Stunde

Di, 27. Feb. (18.00 Uhr)
Di, 8. Mai (18.00 Uhr)
Di, 10. Juli (18.00 Uhr)

Do, 18. Jan.* (10.00/19.00 Uhr)
Do, 22. März* (10.00/19.00 Uhr)
Do, 24. Mai* (10.00/19.00 Uhr)

Functional Training

10 x 1 Stunde

Do, 25. Januar* (20.00 Uhr)
Do, 26. April* (20.00 Uhr)
Do, 5. Juli* (20.00 Uhr)

jeder
Kurs:
120 €

Wirbelsäulengymnastik

Dauerkurs

Montags* (18.00 Uhr)
Dienstags* (10.00 Uhr)
Donnerstags* (18.00 Uhr)

*Diese Kurse sind auch
flexibel mit 10er Karte
(120 Euro) buchbar.

Viactiv-Fitness

12 x 1 Stunde

100 €
pro
Kurs

Fr, 26. Januar (19.00 Uhr)
Fr, 27. April (19.00 Uhr)
Fr, 20. Juli (19.00 Uhr)

Ein Kooperationsangebot der
Viactiv Krankenkasse und des
ZfB (wird von allen KK bezuschusst)

Die Kostenübernahme durch die gesetzlichen Krankenkassen
ist für alle Kurse möglich.