

Gesundheitskurse

Für die Gesundheitskurse ist eine separate Anmeldung erforderlich. Der Kurspreis richtet sich nach der Stundenzahl pro Trimester

1. Trimester: Januar bis zu den Osterferien

2. Trimester: nach den Osterferien bis zu den Sommerferien

3. Trimester: nach den Sommerferien bis Weihnachten



1. Trimester 2012

Kurs	Anzahl	Beginn	Mitglied	Nichtmitglied
Wirbelsäulengymnastik:				
Di. 21/22	10x	10.1.12	28,00 €	46,00 €
Di. 26/27	10x	10.1.12	28,00 €	46,00 €
Mi. 32	10x	11.1.12	28,00 €	46,00 €
Do. 42	10x	19.1.12	28,00 €	46,00 €
Do. 45/46	10x	19.1.12	28,00 €	46,00 €
Osteoporosegymnastik:				
Di. 23	10x	10.1.12	28,00 €	46,00 €
Diabetikersport (mit Verordnung frei):				
Do. 43	10x	12.1.12	28,00 €	46,00 €
Gefäßsport (mit Verordnung frei):				
Do. 47	10x	19.1.12	28,00 €	46,00 €
Beckenbodentraining:				
Mi. 31/33	10x	11.1.12	28,00 €	46,00 €
Do. 44	10x	19.1.12	28,00 €	46,00 €
Hüft und Knieschule (mit Verordnung frei):				
Mo. 11-13	10x	9.1.12	28,00 €	46,00 €
Do. 41/63	10x	12.1.12	28,00 €	46,00 €
Rückenfit für Männer:				
Mi. 36	10x	11.1.12	28,00 €	46,00 €
Rückenfit + DAK Mitglieder:				
Do.	10x	12.1.12	28,00 €	46,00 €
XCO Walking:				
Di. 71	10x	10.1.12	28,00 €	46,00 €
Do. 72	10x	12.1.12	28,00 €	46,00 €
Pilates (A):				
Mo. 16	10x	9.1.12	28,00 €	46,00 €
Do. 62	10x	12.1.12	28,00 €	46,00 €
Pilates (F):				
Mo. 14/15	10x	9.1.12	28,00 €	46,00 €
Di. 24/28/29	10x	10.1.12	28,00 €	46,00 €
Pilates 60+:				
Do. 61	10x	12.1.12	28,00 €	46,00 €
Pilates nach der Schwangerschaft:				
Do. 48/49	10x	12.1.12	28,00 €	46,00 €
Indian Balance:				
Di. 20	10x	10.1.12	28,00 €	46,00 €
Yoga:				
Mo. 10	6x	9.1.12	26,00 €	42,00 €
Qi Gong mit Idogo:				
Do. 40	10x	12.1.12	28,00 €	46,00 €
Tai Chi				
Mo. 17	10x	9.1.12	28,00 €	46,00 €
Di. 25	10x	10.1.12	28,00 €	46,00 €
Gedächtnistraining:				
Mi. 30	5x	Beginn a.A.	14,00 €	23,00 €