

Gesundheitskurse im Sommer 2008

Entspannungsgymnastik

Start 1	Montag, 1.9. – 1.12.2008	20.15 Uhr
Start 2	Donnerstag, 4.9. – 4.12.08	20.15 Uhr
Start 3	Freitag, 5.9. – 5.12.08	8.30 Uhr
	12x 75 min	

Pilates für den Rücken

Beginner	Donnerstag, 21.8. – 24.11.**	19 Uhr	** Anfänger mit Grundkenntnissen
Basic	Dienstag, 26.8. – 16.12*	18 Uhr	*Anfänger
	12x 60 min		

medical Rückenfit in den Tag

Start 1	Dienstag, 26.8. – 25.11.	9 – 10 Uhr
Start 2	Dienstag, 14.10. – 20.1.09	9 – 10 Uhr
	12x 60 min	

Akrobatik für den Rücken

kids	Montag, 25.8. – 24.11.08	15 Uhr	6 – 11 J
teens	Montag, 25.8. – 24.11.08	17 Uhr	12 – 16 J
	12x 55 min		

Yoga für den Rücken

Klassisches Yoga	Freitag, 5.9. – 5.12.08	17.15 Uhr
Dynamisches Yoga	Dienstag, 26.8. – 25.11.	20.15 Uhr
	12x 75 min	

Unsere Gesundheitskurse werden im Rahmen der Primärprävention von den



gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.