



Kursangebote April 2024

Melden Sie sich an! Das Anmeldeformular finden Sie bei Heraeus touch bzw. im Balancepunkt.
 Kontakt: Violetta Schuba, Tel: 9100
 E-Mail: violetta.schuba@heraeus.com

Kursart	Kurs	Kursbeginn	Ort	Zeit	Dauer	Gebühr
FG/ENT	Good Morning YOGA	Mo. 15.04.	Balancepunkt	09:00 Uhr	15 x 60 Min.	€ 150,-
MTT	Medizinische Trainingstherapie/REHA	Mo. 15.04.	Balancepunkt	10:00 Uhr	15 x 90 Min.	€ 150,-
MTT	Medizinische Trainingstherapie/REHA	Mo. 15.04.	Balancepunkt	11:30 Uhr	15 x 90 Min.	€ 150,-
FG	BODYfitness	Di. 16.04.	Balancepunkt	16:00 Uhr	15 x 60 Min.	€ 150,-
MTT	Medizinische Trainingstherapie	Di. 16.04.	Balancepunkt	17:00 Uhr	15 x 90 Min.	€ 150,-
FG	BODYfitness	Di. 23.04.	Balancepunkt	19:30 Uhr	14 x 60 Min.	€ 140,-
FG/ENT	BodyART®-Workout NEU!	Mi. 17.04.	Balancepunkt	07:45 Uhr	15 x 60 Min.	€ 150,-
MTT	Medizinische Trainingstherapie/REHA	Mi. 17.04.	Balancepunkt	15:00 Uhr	15 x 90 Min.	€ 150,-
FIT/FG	Intervall Training	Mi. 17.04.	Balancepunkt	16:30 Uhr	15 x 60 Min.	€ 150,-
MTT	Medizinische Trainingstherapie	Mi. 17.04.	Balancepunkt	18:30 Uhr	15 x 90 Min.	€ 150,-
FG	BODYfitness	Fr. 19.04.	Balancepunkt	10:30 Uhr	15 x 60 Min.	€ 150,-
MTT	Medizinische Trainingstherapie/REHA	Fr. 19.04.	Balancepunkt	11:30 Uhr	15 x 90 Min.	€ 150,-
MTT	Medizinische Trainingstherapie/REHA	Fr. 19.04.	Balancepunkt	15:00 Uhr	15 x 90 Min.	€ 150,-
FG/ENT	Hatha YOGA	Fr. 19.04.	Balancepunkt	16:45 Uhr	15 x 75 Min.	€ 150,-
ENT	MBSR Stressbewältigung durch Achtsamkeit	Mo. 17.06.	Balancepunkt	17:30 Uhr	8 x 150 Min.	€ 180,-
ENT	Tag der Achtsamkeit	Sa. 10.08.	Balancepunkt	10:00 Uhr	1 x 4,5 Stunden	€ 40,-

MTT-Medizinische Trainingstherapie und REHA . FG-Funktionelle Gymnastik . ENT-Entspannung und Stressbewältigung . FIT- Fitness und Ausdauer

Die **Anmeldefrist** für alle Kurse endet eine Woche vor Kursbeginn.

Kurse werden evtl. von Ihrer Krankenkasse bezuschusst.

Die **Mindestteilnehmerzahl** liegt bei acht Personen.

Alle o.a. Kurse sind für Anfänger geeignet.

