

Staatsbad Vitalzentrum

Aktiv-Kurse Drinnen & Draußen - 3. Quartal 2022 (Kursstart 01.07.-30.09.)

Bitte achten Sie auf den **Buchungs-Start-Termin!** Die Kurse werden an unterschiedlichen Tagen jeweils **ab ca. 11 Uhr** zur Buchung freigeschaltet (siehe rechte Spalte)



Kurs-Nummer	Kurstitel	Tag	Uhrzeit	Dauer	Start	Ende	Wie oft?	Preis 2022	Pausen während der Kurse	Kurs-Leitung (Kürzel)	Präventions-Kurs*	Buchbar ab ca. 11 Uhr am ...
209	Pilates* I - für Anfänger	Donnerstag	18:15 Uhr	60 Min.	18.08.2022	20.10.2022	8 x	93,00 €	Pause KW 36 + 37	BB	x	11.05.2022
215	Pilates II - für Fortgeschrittene	Dienstag	19:15 Uhr	60 Min.	26.07.2022	27.09.2022	8 x	93,00 €	Pause KW 32 + 37	CS		11.05.2022
221	Pilates II - für Fortgeschrittene	Donnerstag	09:45 Uhr	60 Min.	18.08.2022	06.10.2022	8 x	93,00 €		CS		11.05.2022
245	Vitaler Rücken* - Kräftigung	Mittwoch	19:00 Uhr	60 Min.	03.08.2022	21.09.2022	8 x	93,00 €		AS	x	11.05.2022
249	Vitaler Rücken* - Kräftigung	Donnerstag	16:30 Uhr	60 Min.	18.08.2022	06.10.2022	8 x	93,00 €		CS	x	11.05.2022
254	Vitaler Rücken* - Kräftigung	Donnerstag	19:15 Uhr	60 Min.	18.08.2022	06.10.2022	8 x	93,00 €		CS	x	11.05.2022
267	Yoga - für Anfänger / Ungeübte	Dienstag	18:15 Uhr	75 Min.	20.09.2022	29.11.2022	10 x	119,00 €	Pause KW 44 (Feiertag)	EW		11.05.2022
259	Yoga I - für Einsteiger	Montag	09:30 Uhr	90 Min.	12.09.2022	28.11.2022	10 x	135,00 €	Pause KW 40 (Feiertag) + 41	UB		11.05.2022
271	Yoga II - für Fortgeschrittene	Mittwoch	09:00 Uhr	90 Min.	14.09.2022	30.11.2022	10 x	135,00 €	Pause KW 40 + 41	UB		11.05.2022
262	Yoga II - Hatha Intensiv für Fortgeschrittene	Montag	19:35 Uhr	90 Min.	04.07.2022	19.09.2022	10 x	135,00 €	Pause KW 36+37	GH		11.05.2022
184	Faszien in Bewegung* - Faszien-Fitness für mehr Beweglichkeit	Dienstag	17:10 Uhr	60 Min.	26.07.2022	27.09.2022	8 x	93,00 €	Pause KW 32 + 37	CS	x	12.05.2022
227	Feierabend-Fit-Mix	Donnerstag	17:30 Uhr	45 Min.	18.08.2022	20.10.2022	8 x	89,50 €	Pause KW 36 + 37	BB	x	12.05.2022
190	Fit mit Baby - Indoor-Fitness	Mittwoch	10:30 Uhr	40 Min.	10.08.2022	12.10.2022	8 x	79,00 €	Pause KW 36 + 37	BB		12.05.2022
195	Gesundheitswandern mit Aktivpause aus Faszien-& Functional-Fitness	Dienstag	10:00 Uhr	90 Min.	09.08.2022	30.08.2022	4 x	55,00 €		CK		12.05.2022
200	Kräftigende Beckenbodengymnastik*	Mittwoch	11:15 Uhr	60 Min.	10.08.2022	12.10.2022	8 x	93,00 €	Pause KW 36 + 37	BB	x	12.05.2022

* Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenkasse möglich. Bitte kontaktieren Sie dazu Ihre Krankenkasse vor Kursbeginn.

Änderungen vorbehalten

Buchen Sie schnell und bequem online jeweils ab angegebenem Buchungsstart-Termin:

<https://www.staatsbad-salzuflen.de/staatsbad-vitalzentrum/kursprogramm>

Oder scannen Sie den QR-Code:

