

Aktiv bleiben - durch Bewegung

# Attraktive Präventionskurse



Bewegung - Behandlung - Beratung  
[www.kg-griese.de](http://www.kg-griese.de)

## Kursprogramm 2. Halbjahr 2019:

**Achtung: Schriftliche Anmeldung erforderlich. Es werden keine Zusagen verschickt.**  
UE = Unterrichtseinheit = 45 Minuten

Eine Kostenbeteiligung durch Ihre Krankenkasse ist möglich.  
Bitte erkundigen Sie sich im Einzelfall bei Ihrer Kasse.

Wirbelsäulengymnastik: 12 x montags 10.00 Uhr oder 12 x dienstags 19.00 Uhr  
Beginn ca. alle 3 Monate, jedoch ist eine Rückenschule vorher empfehlenswert. 186,00 € inkl. Haltungs- und Bewegungstest.  
Der Termin für den Test wird individuell ausgemacht.



Pilates:  
(jeweils 1 UE)

Mittelstufe:  
12 x donnerstags, 17.00 Uhr ab 12.09.19, 168,00 €

**Anmeldung per Fax: 07720/809386, e-mail: [info@kg-griese.de](mailto:info@kg-griese.de) oder Internet: [www.kg-griese.de](http://www.kg-griese.de)**

Mindestteilnehmerzahl 4; Höchstteilnehmerzahl 10.  
Die Kursgebühr wird ca. 2 Wochen vor Kursbeginn abgebucht.

✂-----

**Anmeldeschluss ist jeweils 2 Wochen vor Kursbeginn. Bei Abmeldung nach Anmeldeschluss werden 20% der Kursgebühren einbehalten. Bei Nichterscheinen ohne Abmeldung 100 %.**

Hiermit melde ich mich zum Kurs ....., Datum:.....; Uhrzeit:.....an:

Name: ..... Vorname:.....Straße: ..... Tel:.....

PLZ, Ort: .....Die Kursgebühr von .....€ buchen Sie bitte von folgendem Konto ab:

Bank:.....BIC:.....

IBAN:.....

Datum:..... Unterschrift:.....