

Aktiv bleiben - durch Bewegung

Attraktive Präventionskurse



Bewegung - Behandlung - Beratung
www.kg-griese.de

Kursprogramm 1. 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.

Rückenschule: 10 x dienstags 17.00 Uhr ab 12.02.19, 140,00 €.
(jeweils 1 UE) 10 x dienstags 17.00 Uhr ab 21.05.19, 140,00 €.

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: Anfänger:
(jeweils 1 UE) 10 x montags 17.00 Uhr ab 11.02.19, 140,00 €
10 x montags 17.00 Uhr ab 20.05.19, 140,00 €

Mittelstufe:
12 x donnerstags, 17.00 Uhr ab 10.01.19, 168,00 €
12 x donnerstags, 17.00 Uhr ab 04.04.19, 168,00 €

TK-Rücken-Basic: 9 x mittwochs, 18.00 Uhr, ab 13.02.19, 153,00 €
Jeweils 60 Min 9 x mittwochs, 18.00 Uhr, ab 22.05.19, 153,00 €

Anmeldung per Fax: 07720/809386, e-mail: info@kg-griese.de oder Internet: 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:.....