

Kursplan 2010

Tag	Bezeichnung	Kursleiter	Beginn: Datum/ Zeit	Bemerkung	Kosten
Montag	Qi Gong Basiskurs	Ottokar Lehmann	06.09.2010/ 19:15 Uhr	10 x 45 Minuten	80,00€ ***
	Qi Gong Aufbaukurs	Ottokar Lehmann	19.04.2010/06.09.2010 18:15 Uhr	10 x 45 Minuten	80,00€ ***
Dienstag	Nordic Walking	Simone Obst	13.04.2010/07.09.2010 18:00 Uhr	10 x 60 Minuten	80,00€ **/**/**
	Aktiv und Fit	Katharina Röllich	20.04.2010/07.09.2010 17:15Uhr	10 x 60 Minuten	80,00€ **/**
	Rückenfitness	Katharina Röllich	13.04.2010/07.09.2010 18:30 Uhr	10 x 60 Minuten	80,00€ **/**
Mittwoch	Präventive Rückenschule	Kristiane Lehmann	08.09.2010/ 18:00 Uhr	8 x 90 Minuten	90,00€ **/**/**
	Von 0 auf 21	Ottokar Lehmann	08.09.2010/ 18:00 Uhr	Vorbereitung auf Halbmarathon/ Termine nach Trainingsplan	80,00€ **/**
Donnerstag	Nordic Walking	Simone Obst	15.04.2010/09.09.2010 9:00 Uhr	10 x 60 Minuten	80,00€ **/**/**
	Schritt für Schritt fit	Katharina Röllich	09.09.2010/ 17:15Uhr	10 x 60 Minuten	80,00€ **/**
	Rückenfitness	Katharina Röllich	15.04.2010/09.09.2010 18:30 Uhr	10 x 60 Minuten	80,00€ **/**
Freitag	Autogenes Training	Katja Kadner	29.10.2010/ Ab 17:00 Uhr	8 x 60 Minuten	80,00€ **/**/**

- *Von allen Krankenkassen erfolgt eine Teilkostenübernahme von ca. 80%, bzw. maximal 75,00€ pro Kurs.
- **Für AOK- Versicherte kostenfrei bei Abgabe eines entsprechenden Gesundheitsgutscheines.
- ***Der Kurs findet statt, wenn mindestens 6 Teilnehmer durch Zahlung des Kursbeitrages/ Abgabe des Gesundheitsgutscheines verbindlich angemeldet sind.