

Aktiv bleiben - durch Bewegung



Attraktive Präventionskurse

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

Kursprogramm 1. Halbjahr 2026:

Achtung: Schriftliche Anmeldung erforderlich. Es werden keine Zusagen verschickt.

Keine Nachricht ist eine gute Nachricht, Sie stehen auf der Teilnehmerliste.

UE = Unterrichtseinheit = 45 Minuten

Wirbelsäulengymnastik

18 x dienstags, 19.10 Uhr, ab 24.02.26, 297,00 €, (nicht am Pfingstdienstag)

Workshop

Bewegung beginnt im Kopf:

Samstag, 17.01.26, 9.00 - 12.00 Uhr, 99,00 €

Resilienz - die innere Stärke entdecken:

Samstag, 14.03.26, 9.00 - 12.00 Uhr, 99,00 €

Werte entdecken - Ressourcen aufbauen:

Samstag, 09.05.26, 9.00 - 12.00 Uhr, 99,00 €

Achtung: keine zertifizierten Kurse der zentralen Prüfstelle Prävention.

Wahrscheinlich ist eine Kostenbeteiligung durch die Krankenkasse dann nicht möglich!

Im Zweifel fragen Sie vor der Anmeldung bei Ihrer Krankenkasse nach.

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

Mindestteilnehmerzahl 5; Höchstteilnehmerzahl je nach Aktivität

Anmeldeschluss ist 2 Wochen vor Kursbeginn; Es erfolgt keine Rückerstattung bei Abmeldung nach dem Anmeldeschluss.

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

Name: Vorname: Straße: Tel:

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

Bank:..... BIC:

IBAN:.....

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