



## Unsere Präventions- und Selbstzahlerkurse salvea Ahlen

Bei uns ist für jeden etwas dabei. Unsere zertifizierten Präventionskurse (nach §20 SGB V) und Selbstzahlerkurse helfen Ihnen dabei, Erkrankungen vorzubeugen und ein gesünderes Leben zu leben. Die gesetzlichen Krankenkassen bezuschussen Ihre Teilnahme an unseren zertifizierten Präventionskursen – in einigen Fällen werden die Kosten sogar vollständig übernommen.

Unser Kursplan (10.01.2022 – 21.11.2022)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
11.00 - 12.00 Uhr <b>Rückenfit</b> 301	17.00 - 18.00 Uhr <b>Rückenfit</b> 305		10.15 - 11.00 Uhr <b>Beckenboden- gymnastik</b> 304	
17.00 - 17.45 Uhr <b>Faszienfit</b> 302			15.00 - 16.00 Uhr <b>Bewegungsfit*</b> 201	
17.00 - 17.45 Uhr <b>Faszienfit</b> 302				

\* Selbstzahlerkurs

Änderungen vorbehalten

Sie möchten mehr zu den Inhalten unserer Kurse erfahren, dann besuchen Sie uns auf unserer Website unter [www.salvea/kurse](http://www.salvea/kurse) oder sprechen Sie uns direkt an.

Sie möchten einen Kurs buchen?  
Rufen Sie uns an unter 02382-858-355

**Wir beraten Sie gerne,  
wenn es um Ihre  
Gesundheit geht!**



## Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Beckenboden- gymnastik 304	A 13.01.2022 - 03.03.2022	8x45 Min.	109,00 €
	B 04.04.2022 - 30.05.2022	8x45 Min.	109,00 €
	C 23.06.2022 - 11.08.2022	8x45 Min.	109,00 €
	D 15.09.2022 - 03.11.2022	8x45 Min.	109,00 €
Bewegungsfit (LNB) * 201	A 13.01.2022 - 17.03.2022	10x60 Min.	139,50 €
	B 31.03.2022 - 09.05.2022	10x60 Min.	139,50 €
	C 23.06.2022 - 25.08.2022	10x60 Min.	139,50 €
	D 15.09.2022 - 17.11.2022	10x60 Min.	139,50 €
Faszienfit 302	A 24.01.2022 - 28.03.2022	10x60 Min.	122,60 €
	B 02.05.2022 - 11.07.2022	10x60 Min.	122,60 €
	C 01.08.2022 - 17.10.2022	10x60 Min.	122,60 €
Rückenfit 301	A 10.01.2022 - 04.04.2022	12x60 Min.	143,70 €
	C 22.08.2022 - 21.11.2022	12x60 Min.	143,70 €
Rückenfit 303	A 10.01.2022 - 14.03.2022	10x60 Min.	120,50 €
	B 02.05.2022 - 04.06.2022	10x60 Min.	120,50 €
	C 01.08.2022 - 10.10.2022	10x60 Min.	120,50 €
Rückenfit 305	A 01.02.2022 - 05.04.2022	10x60 Min.	132,00 €
	C 06.09.2022 - 15.11.2022	10x60 Min.	132,00 €