



Unsere Präventions- und Selbstzahlerkurse salvea Duisburg-Huckingen

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 (08.08.2022 – 13.12.2022)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 - 10.00 Uhr Fit & Aktiv bis ins hohe Alter 300	12.15 - 13.15 Uhr Pilates* 200	10.45 - 11.45 Uhr Rückenfit* 201	09.00 - 10.00 Uhr Pilates* 204	
10.15 - 11.15 Uhr Fit & Aktiv bis ins hohe Alter 301	17.00 - 18.00 Uhr Rückenfit 302	17.00 - 18.00 Uhr Rückenfit 303	10.00 - 11.00 Uhr Pilates* 204	
		18.00 - 19.00 Uhr Rückenfit* 202	17.15 - 18.15 Uhr Beckenbodengymnastik 304	
		19.00 - 20.00 Uhr Rückenfit* 203		

* Selbstzahlerkurs

Änderungen vorbehalten

Sie möchten einen Kurs buchen?
Melden Sie sich an über
welcome.huckingen@salvea.de mit
folgenden Angaben:

- Name, Vorname
- Telefonnummer
- Kursname und Nummer
- Bankverbindung

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



Unsere Kurse für Kinder salvea Duisburg-Huckingen

Auch die Kleinsten kommen bei uns nicht zu kurz. Die speziell für Babys und Kleinkinder ausgelegten Selbstzahlerkurse fördern nicht nur die körperliche Entwicklung, die neuen Eindrücke stimulieren auch die geistige Aufnahmefähigkeit der Kinder. Zusätzlich baut der enge Eltern-Kind-Kontakt gegenseitiges Vertrauen und das Gefühl von Sicherheit aus.

Unser Kursplan (08.08.2022 – 13.12.2022)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	11.00 - 12.30 Uhr Krabbelzwerge* 600		10.30 - 12.00 Uhr Pekip* 604	
		12.30 - 14.00 Uhr Pekip* 602	12.15 - 13.45 Uhr Pekip* 605	
	13.00 - 14.00 Uhr Indische Babymassage* 601	15.30 - 16.30 Uhr Kleinkinder in Bewegung* 603	14.30 - 16.00 Uhr Pekip* 606	

* Selbstzahlerkurs

Änderungen vorbehalten

Sie möchten einen Kurs buchen?
Melden Sie sich an über
welcome.huckingen@salvea.de mit
folgenden Angaben:

- Name, Vorname
- Telefonnummer
- Kursname und Nummer
- Bankverbindung

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



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Beckenboden- gymnastik 304	C 11.08.2022 - 29.09.2022 D 20.10.2022 - 08.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	77,00 € 77,00 €
Fit & Aktiv bis ins hohe Alter 300	C 08.08.2022 - 26.09.2022 D 17.10.2022 - 05.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	71,00 € 71,00 €
Fit & Aktiv bis ins hohe Alter 301	C 08.08.2022 - 26.09.2022 D 17.10.2022 - 05.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	71,00 € 71,00 €
Pilates * 200	C 09.08.2022 - 27.09.2022 D 18.10.2022 - 13.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	77,00 € 77,00 €
Pilates * 204	C 11.08.2022 - 29.09.2022 D 20.10.2022 - 08.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	77,00 € 77,00 €
Pilates * 205	C 11.08.2022 - 29.09.2022 D 20.10.2022 - 08.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	77,00 € 77,00 €
Rückenfit 302	C 09.08.2022 - 27.09.2022 D 18.10.2022 - 13.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	71,00 € 71,00 €



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Rückenfit * 201	C 10.08.2022 – 28.09.2022 D 19.10.2022 – 07.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	71,00 € 71,00 €
Rückenfit 303	C 10.08.2022 – 28.09.2022 D 19.10.2022 – 07.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	71,00 € 71,00 €
Rückenfit * 202	C 10.08.2022 – 28.09.2022 D 19.10.2022 – 07.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	71,00 € 71,00 €
Rückenfit * 203	C 10.08.2022 – 28.09.2022 D 19.10.2022 – 07.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	71,00 € 71,00 €



Unsere Kurse für Kinder

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Indische Babymassage* 601 <i>6 Wochen - 6 Monate</i>	F 09.08.2022 - 30.08.2022 G 06.09.2022 - 27.09.2022 H 18.10.2022 - 15.11.2022 I 22.11.2022 - 13.12.2022	4x60 Min. 4x60 Min. 4x60 Min. 4x60 Min.	34,00 € 34,00 € 34,00 € 34,00 €
Kleinkinder in Bewegung* 603 <i>10-24 Monate</i>	C 10.08.2022 - 28.09.2022 D 19.10.2022 - 07.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min.	84,00 € 84,00 €
Krabbelzwerge* 600 <i>6-12 Monate</i>	C 09.08.2022 - 27.09.2022 D 18.10.2022 - 13.12.2022	8x90 Min. 8x90 Min.	76,00 € 76,00 €
Pekip* 602 <i>geboren Juni & Juli 22</i>	C 10.08.2022 - 28.09.2022 D 19.10.2022 - 07.12.2022	8x90 Min. 8x90 Min.	83,00 € 83,00 €
Pekip* 604 <i>geboren Dezember 21 & Januar 22</i>	C 11.08.2022 - 29.09.2022 D 20.10.2022 - 08.12.2022	8x90 Min. 8x90 Min.	83,00 € 83,00 €
Pekip* 605 <i>geboren Februar 22 bis April 22</i>	C 11.08.2022 - 29.09.2022 D 20.10.2022 - 08.12.2022	8x90 Min. 8x90 Min.	83,00 € 83,00 €
Pekip* 606 <i>geboren Mai bis Juni 22</i>	C 11.08.2022 - 29.09.2022 D 20.10.2022 - 08.12.2022	8x90 Min. 8x90 Min.	83,00 € 83,00 €