



## Unsere Präventions- und Selbstzahlerkurse salvea Gelsenkirchen

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 (03.01.2022 – 22.12.2022)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.30 - 10.30 Uhr <b>Hatha Yoga*</b> 201			08.45 – 09.30 Uhr <b>Aquafit</b> 404	10.00 – 11.00 Uhr <b>Balancefit – für ein sicheres Gangbild</b> 306
	17.00 – 18.00 Uhr <b>Pilates</b> 302		16.00 – 17.00 Uhr <b>Balancefit – für ein sicheres Gangbild</b> 305	
18.00 – 19.00 Uhr <b>PMR</b> 301	18.00 – 19.00 Uhr <b>Cardiofit XL</b> 303	18.00 – 18.45 Uhr <b>Aquafit</b> 302	18.00 – 19.00 Uhr <b>Hatha Yoga*</b> 202	
	19.45 – 20.30 Uhr <b>Aquafit</b> 401	18.00 – 19.00 Uhr <b>Cardiofit</b> 304	18.45 – 19.30 Uhr <b>Aquafit</b> 405	
		18.45 – 19.30 Uhr <b>Aquafit</b> 403		
* Selbstzahlerkurs				Änderungen vorbehalten

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

Sie möchten einen Kurs buchen?  
Rufen Sie uns an unter 0209-957006-100

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



## Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Aquafit 401	B 03.05.2022 - 21.06.2022 C 16.08.2022 - 18.10.2022 D 25.10.2022 - 20.12.2022	8x45 Min. 10x45 Min. 8x45 Min.	86,40 € 108,00 € 86,40 €
Aquafit 402	B 04.05.2022 - 22.06.2022 C 10.08.2022 - 12.10.2022 D 19.10.2022 - 21.12.2022	8x45 Min. 10x45 Min. 10x45 Min.	86,40 € 108,00 € 108,00 €
Aquafit 403	B 04.05.2022 - 22.06.2022 C 10.08.2022 - 12.10.2022 D 19.10.2022 - 21.12.2022	8x45 Min. 10x45 Min. 10x45 Min.	86,40 € 108,00 € 108,00 €
Aquafit 404	B 28.04.2022 - 30.06.2022 C 11.08.2022 - 13.10.2022 D 20.10.2022 - 22.12.2022	8x45 Min. 10x45 Min. 10x45 Min.	86,40 € 108,00 € 108,00 €
Aquafit 405	B 28.04.2022 - 30.06.2022 C 11.08.2022 - 13.10.2022 D 20.10.2022 - 22.12.2022	8x45 Min. 10x45 Min. 10x45 Min.	86,40 € 108,00 € 108,00 €
Balancefit 305	C 05.05.2022 - 07.07.2022 D 14.07.2022 - 01.09.2022 E 08.09.2022 - 27.10.2022 F 03.11.2022 - 22.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min. 8x60 Min. 8x60 Min.	83,20 € 83,20 € 83,20 € 83,20 €
Balancefit 306	C 13.05.2022 - 01.07.2022 D 08.07.2022 - 26.08.2022 E 02.09.2022 - 21.10.2022 F 28.10.2022 - 16.12.2022	8x60 Min. 8x60 Min. 8x60 Min. 8x60 Min.	83,20 € 83,20 € 83,20 € 83,20 €



## Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Cardio Fit 304	C 07.06.2022 - 26.07.2022	10x60 Min.	114,00 €
	D 16.08.2022 - 04.10.2022	10x60 Min.	114,00 €
	E 25.10.2022 - 20.12.2022	10x60 Min.	114,00 €
CardioFit XL 303	C 01.06.2022 - 03.08.2022	8x60 Min.	91,20 €
	D 10.08.2022 - 12.10.2022	8x60 Min.	91,20 €
	E 19.10.2022 - 21.12.2022	8x60 Min.	91,20 €
Hatha Yoga* 201	B 25.04.2022 - 27.06.2022	8x60 Min.	100,80 €
	C 04.07.2022 - 08.08.2022	6x60 Min.	89,60 €
	D 05.09.2022 - 31.10.2022	8x60 Min.	100,80 €
Hatha Yoga* 202	B 14.04.2022 - 02.06.2022	8x60 Min.	124,80 €
	C 30.06.2022 - 04.08.2022	6x60 Min.	93,60 €
	D 01.09.2022 - 20.10.2022	8x60 Min.	124,80 €
	E 03.11.2022 - 22.12.2022	8x60 Min.	124,80 €
Pilates 302	B 12.04.2022 - 31.05.2022	8x60 Min.	96,00 €
	C 21.06.2022 - 09.08.2022	8x60 Min.	96,00 €
	D 30.08.2022 - 18.10.2022	8x60 Min.	96,00 €
	E 25.10.2022 - 20.12.2022	8x60 Min.	96,00 €
PMR 301	C 30.05.2022 - 25.07.2022	8x60 Min.	83,20 €
	D 10.10.2022 - 12.12.2022	10x60 Min.	104,00 €