



## Unsere Präventions- und Selbstzahlerkurse salvea Idar-Oberstein

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
17.00 - 18.00 Uhr <b>Progressive Muskel-entspannung</b> 303	16.30 - 17.30 Uhr <b>Rückenfit</b> 306	17.30 - 18.30 Uhr <b>Faszienfit</b> 302	12.30 - 14.00 Uhr <b>Trainingskompass</b> 307	17.00 - 18.00 Uhr <b>Functional Training</b> 304
	17.00 - 18.00 Uhr <b>Functional Training</b> 305			
	18.00 - 19.00 Uhr <b>Autogenes Training</b> 301			

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 06781-562-140

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



## Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Autogenes Training 301	A 04.01.2022 - 22.02.2022	8x60 Min.	105,60 €
	B 01.03.2022 - 26.04.2022	8x60 Min.	105,60 €
	C 03.05.2022 - 05.07.2022	8x60 Min.	105,60 €
	D 23.08.2022 - 11.10.2022	8x60 Min.	105,60 €
Faszienfit 302	A 05.01.2022 - 23.02.2022	8x60 Min.	120,00 €
	B 02.03.2022 - 02.05.2022	8x60 Min.	120,00 €
	C 04.05.2022 - 29.06.2022	8x60 Min.	120,00 €
	D 24.08.2022 - 12.10.2022	8x60 Min.	120,00 €
Functional Training 304	A 07.01.2022 - 25.02.2022	8x60 Min.	105,60 €
	B 04.03.2022 - 06.05.2022	8x60 Min.	105,60 €
	C 13.05.2022 - 08.07.2022	8x60 Min.	105,60 €
	D 26.08.2022 - 14.10.2022	8x60 Min.	105,60 €
Functional Training 305	A 04.01.2022 - 22.02.2022	8x60 Min.	105,60 €
	B 01.03.2022 - 26.04.2022	8x60 Min.	105,60 €
	C 03.05.2022 - 05.07.2022	8x60 Min.	105,60 €
	D 23.08.2022 - 11.10.2022	8x60 Min.	105,60 €
Progressive Muskelentspannung 303	A 03.01.2022 - 21.02.2022	8x60 Min.	105,60 €
	B 28.03.2022 - 02.05.2022	8x60 Min.	105,60 €
	C 09.05.2022 - 04.07.2022	8x60 Min.	105,60 €
	D 22.08.2022 - 17.10.2022	8x60 Min.	105,60 €
Rückenfit 306	A 04.01.2022 - 22.02.2022	8x60 Min.	105,60 €
	B 01.03.2022 - 26.04.2022	8x60 Min.	105,60 €
	C 03.05.2022 - 05.07.2022	8x60 Min.	105,60 €
	D 23.08.2022 - 11.10.2022	8x60 Min.	105,60 €
Trainingskompass 307	A 06.01.2022 - 10.03.2022	10x90 Min.	159,00 €
	B 17.03.2022 - 02.06.2022	10x90 Min.	159,00 €
	C 09.06.2022 - 29.09.2022	10x90 Min.	159,00 €
	D 06.10.2022 - 22.12.2022	10x90 Min.	159,00 €