



Unsere Präventions- und Selbstzahlerkurse salvea Mainz

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
10.00 - 10.30 Uhr Baby- schwimmen* 501	10.15 - 11.00 Uhr Aquafit für Schwangere 405	09.15 – 09.45 Uhr Babyschwimmen* 505	17.00 – 17.45 Uhr Aquafit 402	09.30 - 10.00 Uhr Babyschwimmen* 504
11.20 - 12.20 Uhr Hatha Yoga sanft* 202	15.15 - 15.45 Uhr Baby- schwimmen* 502	12.15 – 13.00 Uhr Aquafit sanft 403		14.00 - 14.45 Uhr Babymassage* 601
12.25 - 13.25 Uhr Hatha Yoga für Schwangere* 203	16.50 - 17.50 Uhr Beckenboden- gymnastik 301	15.15 - 15.45 Uhr Kinder- wasserspiele* 506		
17.00 – 17.45 Uhr Aquafit 401	17.00 – 17.45 Uhr Aquacycling* 404	16.00 – 17.00 Uhr Beckenboden- gymnastik 302		
		16.20 - 16.50 Babyschwimmen für Männer* 503		
		17.15 - 18.15 Pilates* 201		

* Selbstzahlerkurs

Änderungen vorbehalten

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

Sie möchten einen Kurs buchen?
Rufen Sie uns an unter 06131-575-1770

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



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Aquafit 401	A 03.01.2022 - 14.03.2022	10x45 Min.	125,00 €
	B 21.03.2022 - 30.05.2022	10x45 Min.	126,00 €
	C 13.06.2022 - 08.08.2022	9x45 Min.	113,40 €
	D 15.08.2022 - 17.10.2022	9x45 Min.	113,40 €
	E 24.10.2022 - 19.12.2022	9x45 Min.	113,40 €
Aquafit 402	A 06.01.2022 - 10.03.2022	10x45 Min.	125,00 €
	B 17.03.2022 - 19.05.2022	10x45 Min.	126,00 €
	C 02.06.2022 - 11.08.2022	10x45 Min.	126,00 €
	D 18.08.2022 - 20.10.2022	10x45 Min.	126,00 €
	E 27.10.2022 - 22.12.2022	9x45 Min.	113,40 €
Aquafit sanft 403	A 05.01.2022 - 09.03.2022	10x45 Min.	125,00 €
	B 16.03.2022 - 18.05.2022	10x45 Min.	126,00 €
	C 25.05.2022 - 27.07.2022	10x45 Min.	126,00 €
	D 03.08.2022 - 05.10.2022	10x45 Min.	126,00 €
	E 12.10.2022 - 14.12.2022	10x45 Min.	126,00 €
Aquacycling* 404	A 04.01.2022 - 22.02.2022	8x45 Min.	84,00 €
	B 01.03.2022 - 19.04.2022	8x45 Min.	100,80 €
	C 26.04.2022 - 14.06.2022	8x45 Min.	100,80 €
	D 21.06.2022 - 09.08.2022	8x45 Min.	100,80 €
	E 16.08.2022 - 04.10.2022	8x45 Min.	100,80 €
	F 11.10.2022 - 13.12.2022	9x45 Min.	113,40 €
Aquafit für Schwangere 405	A 04.01.2022 - 08.03.2022	10x45 Min.	130,00 €
	B 15.03.2022 - 17.05.2022	10x45 Min.	130,00 €
	C 24.05.2022 - 26.07.2022	10x45 Min.	130,00 €
	D 02.08.2022 - 04.10.2022	10x45 Min.	130,00 €
	E 11.10.2022 - 20.12.2022	10x45 Min.	130,00 €
Babymassage* 601	A 07.01.2022 - 18.02.2022	7x45 Min.	84,00 €
	B 25.02.2022 - 08.04.2022	7x45 Min.	84,00 €
	C 22.04.2022 - 03.06.2022	7x45 Min.	84,00 €
	D 10.06.2022 - 22.07.2022	7x45 Min.	84,00 €
	E 29.07.2022 - 09.09.2022	7x45 Min.	84,00 €
	F 16.09.2022 - 28.10.2022	7x45 Min.	84,00 €
	G 04.11.2022 - 16.12.2022	7x45 Min.	84,00 €
Baby- schwimmen* 501	A 03.01.2022 - 21.02.2022	8x30 Min.	112,00 €
	B 07.03.2022 - 25.04.2022	7x30 Min.	98,00 €
	C 02.05.2022 - 27.06.2022	8x30 Min.	112,00 €
	D 04.07.2022 - 22.08.2022	8x30 Min.	112,00 €
	E 05.09.2022 - 31.10.2022	8x30 Min.	112,00 €
	F 07.11.2022 - 19.12.2022	7x30 Min.	98,00 €



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Baby- schwimmen* 502	A 04.01.2022 - 22.02.2022	8x30 Min.	112,00 €
	B 01.03.2022 - 19.04.2022	8x30 Min.	112,00 €
	C 03.05.2022 - 21.06.2022	8x30 Min.	112,00 €
	D 28.06.2022 - 16.08.2022	8x30 Min.	112,00 €
	E 23.08.2022 - 11.10.2022	8x30 Min.	112,00 €
	F 18.10.2022 - 13.12.2022	8x30 Min.	112,00 €
Baby- schwimmen Für Männer* 503	A 05.01.2022 - 23.02.2022	8x30 Min.	112,00 €
	B 02.03.2022 - 20.04.2022	8x30 Min.	112,00 €
	C 27.04.2022 - 15.06.2022	8x30 Min.	112,00 €
	D 22.06.2022 - 10.08.2022	8x30 Min.	112,00 €
	E 17.08.2022 - 05.10.2022	8x30 Min.	112,00 €
	F 12.10.2022 - 14.12.2022	10x30 Min.	140,00 €
Baby- schwimmen* 504	A 07.01.2022 - 25.02.2022	8x30 Min.	112,00 €
	B 04.03.2022 - 29.04.2022	8x30 Min.	112,00 €
	C 06.05.2022 - 24.06.2022	8x30 Min.	112,00 €
	D 01.07.2022 - 19.08.2022	8x30 Min.	112,00 €
	E 26.08.2022 - 14.10.2022	8x30 Min.	112,00 €
	F 21.10.2022 - 16.12.2022	9x30 Min.	126,00 €
Baby- schwimmen* 505	A 05.01.2022 - 23.02.2022	8x30 Min.	112,00 €
	B 02.03.2022 - 20.04.2022	8x30 Min.	112,00 €
	C 27.04.2022 - 15.06.2022	8x30 Min.	112,00 €
	D 22.06.2022 - 10.08.2022	8x30 Min.	112,00 €
	E 17.08.2022 - 05.10.2022	8x30 Min.	112,00 €
	F 12.10.2022 - 30.11.2022	8x30 Min.	112,00 €
Beckenboden- gymnastik 301	A 04.01.2022 - 08.03.2022	10x60 Min.	125,00 €
	B 15.03.2022 - 17.05.2022	10x60 Min.	150,00 €
	C 24.05.2022 - 26.07.2022	10x60 Min.	150,00 €
	D 02.08.2022 - 04.10.2022	10x60 Min.	150,00 €
	E 11.10.2022 - 20.12.2022	10x60 Min.	150,00 €
Beckenboden- gymnastik 302	A 05.01.2022 - 09.03.2022	10x60 Min.	125,00 €
	B 16.03.2022 - 18.05.2022	10x60 Min.	150,00 €
	C 25.05.2022 - 27.07.2022	10x60 Min.	150,00 €
	D 03.08.2022 - 05.10.2022	10x60 Min.	150,00 €
	E 12.10.2022 - 14.12.2022	10x60 Min.	150,00 €
Hatha Yoga sanft* 202	A 10.01.2022 - 14.03.2022	10x60 Min.	120,00 €
	B 21.03.2022 - 30.05.2022	10x60 Min.	168,00 €
	C 13.06.2022 - 15.08.2022	10x60 Min.	168,00 €
	D 29.08.2022 - 07.11.2022	10x60 Min.	168,00 €



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Hatha Yoga für Schwangere* 203	A 10.01.2022 - 14.03.2022	10x60 Min.	120,00 €
	B 21.03.2022 - 30.05.2022	10x60 Min.	168,00 €
	C 13.06.2022 - 15.08.2022	10x60 Min.	168,00 €
	D 29.08.2022 - 07.11.2022	10x60 Min.	168,00 €
Kinderwasserspiele* 506	A 05.01.2022 - 23.02.2022	8x30 Min.	112,00 €
	B 02.03.2022 - 20.04.2022	8x30 Min.	112,00 €
	C 27.04.2022 - 15.06.2022	8x30 Min.	112,00 €
	D 22.06.2022 - 10.08.2022	8x30 Min.	112,00 €
	E 17.08.2022 - 05.10.2022	8x30 Min.	112,00 €
	F 12.10.2022 - 14.12.2022	10x30 Min.	140,00 €
Pilates* 201	A 05.01.2022 - 09.03.2022	10x60 Min.	125,00 €
	B 16.03.2022 - 18.05.2022	10x60 Min.	150,00 €
	C 25.05.2022 - 27.07.2022	10x60 Min.	150,00 €
	D 03.08.2022 - 05.10.2022	10x60 Min.	150,00 €
	E 12.10.2022 - 14.12.2022	10x60 Min.	150,00 €