



## Unsere Präventions- und Selbstzahlerkurse salvea Münster

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 (30.01.2023 – 26.01.2024)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			10.00 - 10.45 Uhr <b>Balancefit - für ein sicheres Gangbild *</b> 321	09.30 - 10.30 Uhr <b>Bewegungsfit - Kraft *</b> 331
15.00 - 16.00 Uhr <b>Functional Training (*)</b> 321			16.00 - 17.00 Uhr <b>Hulafit *</b> 341	16.00 - 16.45 Uhr <b>Zirkeltraining *</b> 371
18.30 - 19.30 Uhr <b>Pilates (*)</b> 361			17.00 - 18.00 Uhr <b>Entspannungs- techniken für Erwachsene *</b> 101	
19.30 - 20.15 Uhr <b>Faszienfit (*)</b> 311				

\* 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 0251-9353-985

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



## Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Balancefit - für ein sicheres Gangbild * 351	M 02.02.2023 - 30.03.2023	9x45 Min.	90,00 €
	N 06.04.2023 - 22.06.2023	10x45 Min.	100,00 €
	O 29.06.2023 - 03.08.2023	6x45 Min.	60,00 €
	P 10.08.2023 - 19.10.2023	11x45 Min.	110,00€
	Q 26.10.2023 - 25.01.2024	12x45 Min.	120,00 €
Bewegungsfit - Kraft * 331	M 03.02.2023 - 31.03.2023	9x60 Min.	112,50 €
	N 14.04.2023 - 23.06.2023	11x60 Min.	137,50 €
	O 30.06.2023 - 04.08.2023	6x60 Min.	75,00 €
	P 11.08.2023 - 20.10.2023	11x60 Min.	137,50 €
	Q 27.10.2023 - 26.01.2024	12x60 Min.	150,00 €
Entspannungstechniken für Erwachsene * 101	M 02.02.2023 - 30.03.2023	9x60 Min.	112,50 €
	N 06.04.2023 - 22.06.2023	10x60 Min.	125,00 €
	O 29.06.2023 - 03.08.2023	6x60 Min.	75,00 €
	P 10.08.2023 - 19.10.2023	11x60 Min.	137,50 €
	Q 26.10.2023 - 25.01.2024	12x60 Min.	150,00 €
Faszienfit 311	M 30.01.2023 - 27.03.2023	9x45 Min.	90,00 €
	N 03.04.2023 - 19.06.2023	9x45 Min.	90,00 €
	O 26.06.2023 - 31.07.2023	6x45 Min.	60,00 €
	P 07.08.2023 - 16.10.2023	11x45 Min.	110,00 €
	Q 23.10.2023 - 22.01.2024	12x45 Min.	120,00 €
Functional Training 321	M 30.01.2023 - 27.03.2023	9x60 Min.	112,50 €
	N 03.04.2023 - 19.06.2023	9x60 Min.	112,50 €
	O 26.06.2023 - 31.07.2023	6x60 Min.	75,00 €
	P 07.08.2023 - 16.10.2023	11x60 Min.	137,50 €
	Q 23.10.2023 - 22.01.2024	12x60 Min.	150,00 €
Hulafit * 341	M 02.02.2023 - 30.03.2023	9x60 Min.	112,50 €
	N 06.04.2023 - 22.06.2023	10x60 Min.	125,00 €
	O 29.06.2023 - 03.08.2023	6x60 Min.	75,00 €
	P 10.08.2023 - 19.10.2023	11x60 Min.	137,50 €
	Q 26.10.2023 - 25.01.2024	12x60 Min.	150,00 €
Pilates 361	M 30.01.2023 - 27.03.2023	9x60 Min.	112,50 €
	N 03.04.2023 - 19.06.2023	9x60 Min.	112,50 €
	O 26.06.2023 - 31.07.2023	6x60 Min.	75,00 €
	P 07.08.2023 - 16.10.2023	11x60 Min.	137,50 €
	Q 23.10.2023 - 22.01.2024	12x60 Min.	150,00 €
Zirkeltraining * 371	M 03.02.2023 - 31.03.2023	9x45 Min.	90,00 €
	N 14.04.2023 - 23.06.2023	11x45 Min.	110,00 €
	O 30.06.2023 - 04.08.2023	6x45 Min.	60,00 €
	P 11.08.2023 - 20.10.2023	11x45 Min.	110,00 €
	Q 27.10.2023 - 26.01.2024	12x45 Min.	120,00 €