



Unsere Präventions- und Selbstzahlerkurse salvea Westparkstraße

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 (19.01.2023 – 13.12.2023)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08.00 – 08.45 Uhr Wassergymnastik 432	08.30 - 09.15 Uhr Wassergymnastik* 423	08.00 - 08.45 Uhr Wassergymnastik 427	15.00 - 16.00 Uhr Aquafit 408	07.30 - 08.15 Uhr Wassergymnastik 428	
18.00 - 18.45 Uhr Aquafit 402	09.45 - 10.30 Uhr Wassergymnastik 433	9.45 - 10.15 Uhr Aquajogging* 420	17.00 - 18.00 Uhr Aquafit 409	09.45 - 10.30 Uhr Wassergymnastik 434	
18.00 - 19.00 Uhr Pilates* 308	16.30 - 17.15 Uhr Wassergymnastik 424	15.00 - 16.00 Uhr Aquafit * 405	17.00 - 18.00 Uhr Pilates 314	16.00 - 17.00 Uhr Aquafit* 412	
18.15 - 19.15 Uhr indoor Cycling* 208	17.15 - 18.00 Uhr Wassergymnastik* 425	18.00 - 18.30 Uhr Aquajogging* 421	18.00 - 19.00 Uhr Wassergymnastik* 410	17.00 - 18.00 Uhr Aquafit* 413	Sonntag
19.15 - 20.15 Uhr Pilates Reformer* 205	18.00 - 18.45 Uhr Aquafit* 403	18.00 - 19.00 Uhr Rückenfit 305	18.00 - 19.00 Uhr Rückenfit 317	18.00 - 19.00 Uhr Aquafit* 414	10.15 - 11.15 Uhr Aquafit 415
	18.00 - 19.00 Uhr Pilates* 310	18.30 - 19.30 Uhr Aquafit 406	19.15 - 20.30 Uhr Yoga* 330		11.15 - 12.15 Uhr Aquafit 416
	19.00 - 19.45 Uhr Aquafit 404	19.15 - 20.15 Uhr Rückenfit 306	19.00 - 20.00 Uhr Wassergymnastik* 411		12.15 - 13.00 Uhr Wassergymnastik 430
	19.15 - 20.15 Uhr Pilates* 311	19.30 - 20.30 Uhr Aquafit 407			
	19.45 - 20.30 Uhr Wassergymnastik 426				
	18.00-18.45 Uhr Qi Gong 323				

* Selbstzahlerkurs

Änderungen vorbehalten

Sie möchten einen Kurs buchen?
Rufen Sie uns an unter 02151-7685-243.
Mehr zu unseren Kursen unter
www.salvea.de/kurse



Unsere Kurse für Kinder salvea Westparkstraße

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 (12.01.2023 – 21.12.2023)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
			08.45 - 09.30 Uhr Babyschwimmen* 501	13.30 - 14.15 Uhr Schwimmen vor dem Seepferdchen* 507	08.15 - 9.00 Uhr Babyschwimmen* 506
			09.30 - 10.00 Uhr Babyschwimmen* 502	14.15 - 15.00 Uhr Schwimmen vor dem Seepferdchen* 512	09.00 - 09.45 Uhr Babyschwimmen* 503
			10.30 - 11.30 Uhr Mami-Baby-Yoga* 502		09.45 - 10.30 Uhr Babyschwimmen* 504
					10.30 - 11.15 Uhr Babyschwimmen* 505
					12.15 - 13.00 Uhr Schwimmen vor dem Seepferdchen* 508
					13.00 - 13.45 Uhr Schwimmen vor dem Seepferdchen* 509
					13.45 - 14.30 Uhr Schwimmen vor dem Seepferdchen* 510
					14.30 - 15.15 Uhr Schwimmen vor dem Seepferdchen* 511

Sie möchten einen Kurs buchen?
Rufen Sie uns an unter 02151-7685-243.
Mehr zu unseren Kursen unter
www.salvea.de/kurse

* Selbstzahlerkurs
Änderungen vorbehalten



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Aquafit 402	F 09.01.2023 - 20.03.2023	10x45 Min.	126,00 €
	G 17.04.2023 - 19.06.2023	8x45 Min.	100,00 €
	H 07.08.2023 - 09.10.2023	8x45 Min.	100,00 €
	I 16.10.2023 - 18.12.2023	10x45 Min.	126,00 €
Aquafit 403	F 10.01.2023 - 28.03.2023	12x45 Min.	151,00 €
	G 18.04.2023 - 27.06.2023	10x45 Min.	126,00 €
	H 08.08.2023 - 17.10.2023	8x45 Min.	100,00 €
	I 17.10.2023 - 19.12.2023	10x45 Min.	126,00 €
Aquafit 404	F 10.01.2023 - 28.03.2023	12x45 Min.	151,00 €
	G 18.04.2023 - 27.06.2023	10x45 Min.	126,00 €
	H 08.08.2023 - 17.10.2023	8x45 Min.	100,00 €
	I 17.10.2023 - 19.12.2023	10x45 Min.	126,00 €
	J 04.07.2023 - 01.08.2023	6x45 Min.	63,00 €
Aquafit 405	F 11.01.2023 - 29.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 19.04.2023 - 21.06.2023	10x60 Min.	168,00 €
	H 09.08.2023 - 11.10.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 18.10.2023 - 13.12.2023	8x60 Min.	134,00 €
Aquafit 406	F 11.01.2023 - 29.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 19.04.2023 - 21.06.2023	10x60 Min.	168,00 €
	H 09.08.2023 - 11.10.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 18.10.2023 - 13.12.2023	8x60 Min.	134,00 €
	J 28.06.2023 - 02.08.2023	6x60 Min.	100,00 €
Aquafit 407	F 11.01.2023 - 29.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 19.04.2023 - 21.06.2023	10x60 Min.	168,00 €
	H 09.08.2023 - 11.10.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 18.10.2023 - 13.12.2023	8x60 Min.	134,00 €
Aquafit 408	F 12.01.2023 - 30.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 20.04.2023 - 22.06.2023	8x60 Min.	134,00 €
	H 10.08.2023 - 12.10.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 19.10.2023 - 21.12.2023	10x60 Min.	168,00 €
Aquafit 409	F 12.01.2023 - 30.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 20.04.2023 - 22.06.2023	8x60 Min.	134,00 €
	H 10.08.2023 - 28.09.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 19.10.2023 - 21.12.2023	10x60 Min.	168,00 €
	J 29.06.2023 - 03.08.2023	6x60 Min.	84,00 €



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Aquafit 410	F 12.01.2023 - 30.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 20.04.2023 - 22.06.2023	8x60 Min.	134,00 €
	H 10.08.2023 - 12.10.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 19.10.2023 - 21.12.2023	10x60 Min.	168,00 €
Aquafit 411	F 12.01.2023 - 30.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 20.04.2023 - 22.06.2023	8x60 Min.	134,00 €
	H 10.08.2023 - 12.10.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 19.10.2023 - 21.12.2023	10x60 Min.	168,00 €
Aquafit 412	F 13.01.2023 - 31.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 21.04.2023 - 23.06.2023	10x60 Min.	168,00 €
	H 11.08.2023 - 13.10.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 20.10.2023 - 22.12.2023	10x60 Min.	168,00 €
Aquafit 413	F 13.01.2023 - 31.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 21.04.2023 - 23.06.2023	10x60 Min.	168,00 €
	H 11.08.2023 - 13.10.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 20.10.2023 - 22.12.2023	10x60 Min.	168,00 €
Aquafit 414	F 13.01.2023 - 31.03.2023	12x60 Min.	201,00 €
	G 21.04.2023 - 23.06.2023	10x60 Min.	168,00 €
	H 11.08.2023 - 13.10.2023	8x60 Min.	134,00 €
	I 20.10.2023 - 22.12.2023	10x60 Min.	168,00 €
Aquafit 415	F 15.01.2023 - 12.03.2023	8x60 Min.	138,00 €
	G 16.04.2023 - 11.06.2023	8x60 Min.	138,00 €
	H 06.08.2023 - 24.09.2023	8x60 Min.	138,00 €
	I 29.10.2023 - 17.12.2023	8x60 Min.	138,00 €
Aquafit 416	F 15.01.2023 - 12.03.2023	8x60 Min.	138,00 €
	G 16.04.2023 - 11.06.2023	8x60 Min.	138,00 €
	H 06.08.2023 - 24.09.2023	8x60 Min.	138,00 €
	I 29.10.2023 - 17.12.2023	8x60 Min.	138,00 €



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Aqua jogging* 420	F 11.01.2023 - 29.03.2023	12x30 Min.	100,00 €
	G 19.04.2023 - 21.06.2023	10x30 Min.	84,00 €
	H 09.08.2023 - 11.10.2023	8x30 Min.	67,00 €
	I 18.10.2023 - 13.12.2023	8x30 Min.	67,00 €
Aqua jogging* 421	F 11.01.2023 - 29.03.2023	12x30 Min.	100,00 €
	G 19.04.2023 - 21.06.2023	10x30 Min.	84,00 €
	H 09.08.2023 - 11.10.2023	8x30 Min.	67,00 €
	I 18.10.2023 - 13.12.2023	8x30 Min.	67,00 €
Pilates 308	F 09.01.2023 - 20.03.2023	10x60 Min.	150,00 €
	G 17.04.2023 - 19.06.2023	8x60 Min.	120,00 €
	H 07.08.2023 - 09.10.2023	8x60 Min.	120,00 €
	I 16.10.2023 - 18.12.2023	10x60 Min.	150,00 €
Pilates 310	F 10.01.2023 - 28.03.2023	12x60 Min.	180,00 €
	G 18.04.2023 - 27.06.2023	10x60 Min.	150,00 €
	H 08.08.2023 - 17.10.2023	8x60 Min.	120,00 €
	I 17.10.2023 - 19.12.2023	10x60 Min.	150,00 €
Pilates 311	F 10.01.2023 - 28.03.2023	12x60 Min.	180,00 €
	G 18.04.2023 - 27.06.2023	10x60 Min.	150,00 €
	H 08.08.2023 - 17.10.2023	8x60 Min.	120,00 €
	I 17.10.2023 - 19.12.2023	10x60 Min.	150,00 €
Pilates 314	F 12.01.2023 - 30.03.2023	12x60 Min.	180,00 €
	G 20.04.2023 - 22.06.2023	8x60 Min.	120,00 €
	H 10.08.2023 - 12.10.2023	8x60 Min.	120,00 €
	I 19.10.2023 - 21.12.2023	10x60 Min.	150,00 €
	J 29.06.2023 - 03.08.2023	6x60 Min.	90,00 €



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Yoga* 330	F 12.01.2023 - 02.03.2023	8x75 Min.	110,00 €
	G 20.04.2023 - 22.06.2023	8x75 Min.	110,00 €
	H 10.08.2023 - 12.10.2023	8x75Min.	120,00 €
	I 19.10.2023 - 21.12.2023	10x75 Min.	150,00 €
Pilates Reformer* 205	F 09.01.2023 - 20.03.2023	10x60 Min.	173,00 €
	G 17.04.2023 - 19.06.2023	8x60 Min.	139,00 €
	H 07.08.2023 - 09.10.2023	8x60 Min.	139,00 €
	I 16.10.2023 - 18.12.2023	10x60 Min.	173,00 €
Rückenfit 305	F 11.01.2023 - 29.03.2023	12x60 Min.	158,00 €
	G 19.04.2023 - 21.06.2023	10x60 Min.	132,00 €
	H 09.08.2023 - 11.10.2023	8x60 Min.	105,00 €
	I 18.10.2023 - 13.12.2023	8x60 Min.	105,00 €
	J 28.06.2023 - 02.08.2023	6x60 Min.	79,00 €
Rückenfit 306	F 11.01.2023 - 29.03.2023	12x60 Min.	158,00 €
	G 19.04.2023 - 21.06.2023	10x60 Min.	132,00 €
	H 09.08.2023 - 11.10.2023	8x60 Min.	105,00 €
	I 18.10.2023 - 13.12.2023	8x60 Min.	105,00 €
Rückenfit 317	F 12.01.2023 - 30.03.2023	12x60 Min.	158,00 €
	G 20.04.2023 - 22.06.2023	8x60 Min.	105,00 €
	H 10.08.2023 - 12.10.2023	10x60 Min.	132,00 €
	I 19.10.2023 - 21.12.2023	10x60 Min.	132,00 €



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Wassergymnastik 423	F 10.01.2023 - 28.03.2023	12x45 Min.	151,00 €
	G 18.04.2023 - 27.06.2023	10x45 Min.	126,00 €
	H 08.08.2023 - 17.10.2023	10x45 Min.	126,00 €
	I 17.10.2023 - 19.12.2023	10x45 Min.	126,00 €
	J 04.07.2023 - 01.08.2023	5x45 Min.	63,00 €
Wassergymnastik 424	F 10.01.2023 - 28.03.2023	12x45 Min.	151,00 €
	G 18.04.2023 - 27.06.2023	10x45 Min.	126,00 €
	H 08.08.2023 - 17.10.2023	10x45 Min.	126,00 €
	I 17.10.2023 - 19.12.2023	10x45 Min.	126,00 €
	J 04.07.2023 - 01.08.2023	5x45 Min.	63,00 €
Wassergymnastik 425	F 10.01.2023 - 28.03.2023	12x45 Min.	151,00 €
	G 18.04.2023 - 27.06.2023	10x45 Min.	126,00 €
	H 08.08.2023 - 17.10.2023	10x45 Min.	126,00 €
	I 17.10.2023 - 19.12.2023	10x45 Min.	126,00 €
Wassergymnastik 426	F 10.01.2023 - 28.03.2023	12x45 Min.	151,00 €
	G 18.04.2023 - 27.06.2023	10x45 Min.	126,00 €
	H 08.08.2023 - 17.10.2023	10x45 Min.	126,00 €
	I 17.10.2023 - 19.12.2023	10x45 Min.	126,00 €
Wassergymnastik 427	F 11.01.2023 - 29.03.2023	12x45 Min.	151,00 €
	G 19.04.2023 - 21.06.2023	10x45 Min.	126,00 €
	H 09.08.2023 - 11.10.2023	8x45 Min.	100,00 €
	I 18.10.2023 - 13.12.2023	8x45 Min.	100,00 €
Wassergymnastik 428	F 13.01.2023 - 31.03.2023	12x45 Min.	151,00 €
	G 21.04.2023 - 23.06.2023	10x45 Min.	126,00 €
	H 11.08.2023 - 13.10.2023	10x45 Min.	126,00 €
	I 20.10.2023 - 22.12.2023	10x45 Min.	126,00 €
	J 29.06.2023 - 03.08.2023	6x45 Min.	75,00 €
Wassergymnastik 430	F 15.01.2023 - 12.03.2023	8x45 Min.	129,00 €
	G 16.04.2023 - 11.06.2023	8x45 Min.	129,00 €
	H 06.08.2023 - 24.09.2023	8x45 Min.	129,00 €
	I 29.10.2023 - 17.12.2023	8x45 Min.	129,00 €



Unsere Kurse für Kinder

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Babyschwimmen* 501	A 26.01.2023 - 22.06.2023 C 10.08.2023 - 21.12.2023	18x45 Min. 20x45 Min.	227,00 € 252,00 €
Babyschwimmen* 502	A 26.01.2023 - 22.06.2023 C 10.08.2023 - 21.12.2023	18x30 Min. 20x30 Min.	151,00 € 168,00 €
Mami-Baby-Yoga* 522	A 26.01.2023 - 16.03.2023 B 20.04.2023 - 22.06.2023 C 10.08.2023 - 12.10.2023 D 19.10.2023 - 21.12.2023	8x60 Min. 8x60 Min. 10x60 Min. 10x60 Min.	120,00 € 120,00 € 150,00 € 150,00 €
Babyschwimmen* 503	A 14.01.2023 - 17.06.2023 C 12.08.2023 - 16.12.2023	20x45 Min. 19x45 Min.	252,00 € 239,00 €
Babyschwimmen* 504	A 14.01.2023 - 17.06.2023 C 12.08.2023 - 16.12.2023	20x45 Min. 19x45 Min.	252,00 € 239,00 €
Babyschwimmen* 505	A 14.01.2023 - 17.06.2023 C 12.08.2023 - 16.12.2023	20x45 Min. 19x45 Min.	252,00 € 239,00 €
Babyschwimmen* 506	A 14.01.2023 - 17.06.2023 C 12.08.2023 - 16.12.2023	20x45 Min. 19x45 Min.	252,00 € 239,00 €
Schwimmen vor dem Seepferdchen* 507	A 13.01.2023 - 24.03.2023 B 14.04.2023 - 23.06.2023 C 11.08.2023 - 13.10.2023 D 20.10.2023 - 08.12.2023	10x45 Min. 10x45 Min. 10x45 Min. 8x45 Min.	171,00 € 171,00 € 171,00 € 137,00 €
Schwimmen vor dem Seepferdchen* 508	A 14.01.2023 - 25.03.2023 B 15.04.2023 - 24.06.2023 C 12.08.2023 - 14.10.2023 D 21.10.2023 - 09.12.2023	10x45 Min. 10x45 Min. 10x45 Min. 8x45 Min.	171,00 € 171,00 € 171,00 € 137,00 €
Schwimmen vor dem Seepferdchen* 509 * Selbstzahlerkurs	A 14.01.2023 - 25.03.2023 B 15.04.2023 - 24.06.2023 C 12.08.2023 - 14.10.2023 D 21.10.2023 - 09.12.2023	10x45 Min. 10x45 Min. 10x45 Min. 8x45 Min.	171,00 € 171,00 € 171,00 € 137,00 €



Unsere Kurse für Kinder

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Schwimmen vor dem Seepferdchen* 510	A 14.01.2023 - 25.03.2023	10x45 Min.	171,00 €
	B 15.04.2023 - 24.06.2023	10x45 Min.	171,00 €
	C 12.08.2023 - 14.10.2023	10x45 Min.	171,00 €
	D 21.10.2023 - 09.12.2023	8x45 Min.	137,00 €
Schwimmen vor dem Seepferdchen* 511	A 14.01.2023 - 25.03.2023	10x45 Min.	171,00 €
	B 15.04.2023 - 24.06.2023	10x45 Min.	171,00 €
	C 12.08.2023 - 14.10.2023	10x45 Min.	171,00 €
	D 21.10.2023 - 09.12.2023	8x45 Min.	137,00 €
Schwimmen vor dem Seepferdchen* 512	A 13.01.2023 - 24.03.2023	10x45 Min.	171,00 €
	B 14.04.2023 - 23.06.2023	10x45 Min.	171,00 €
	C 11.08.2023 - 13.10.2023	10x45 Min.	171,00 €
	D 20.10.2023 - 08.12.2023	8x45 Min.	137,00 €