salvea prävention
Lust auf Gesundheit

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 (29.01.2024 – 31.01.2025)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			10.00 - 10.45 Uhr **Balancefit - für ein sicheres Gangbild** * 321	09.30 - 10.30 Uhr **Bewegungsfit - Kraft** * 331
15.00 - 16.00 Uhr **Functional Training** (*) 321				16.00 - 16.45 Uhr **Zirkeltraining** * 371
18.30 - 19.30 Uhr **Pilates** (*) 361			17.00 - 18.00 Uhr **Entspannungs-techniken für Erwachsene** * 101	
19.30 - 20.15 Uhr **Faszienfit** (*) 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 oder sprechen Sie uns direkt an.

Sie möchten einen Kurs buchen?
Rufen Sie uns an unter 0251-935-3985

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

salvea prävention
Lust auf Gesundheit

Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
Balancefit - für ein sicheres Gangbild * 351	A 01.02.2024 - 11.04.2024 B 18.04.2024 - 04.07.2024 C 11.07.2024 - 15.08.2024 D 22.08.2024 - 31.10.2024 E 07.11.2024 - 30.01.2025	11x45 Min. 10x45 Min. 6x45 Min. 10x45 Min. 11x45 Min.	121,00 € 110,00 € 66,00 € 110,00€ 121,00 €
Bewegungsfit - Kraft * 331	A 02.02.2024 - 12.04.2024 B 19.04.2024 - 05.07.2024 C 12.07.2024 - 16.08.2024 D 23.08.2024 - 25.10.2024 E 08.11.2024 - 31.01.2025	10x60 Min. 12x60 Min. 6x60 Min. 10x60 Min. 11x60 Min.	125,00 € 150,0 € 75,00 € 125,00 € 137,50 €
Entspannungs-techniken für Erwachsene * 101	A 01.02.2024 - 11.04.2024 B 18.04.2024 - 04.07.2024 C 11.07.2024 - 15.08.2024 D 22.08.2024 - 31.10.2024 E 07.11.2024 - 30.01.2025	11x60 Min. 10x60 Min. 6x60 Min. 10x60 Min. 11x60 Min.	137,50 € 125,00 € 75,00 € 125,00 € 137,50 €
Faszienfit 311	A 29.01.2024 - 08.04.2024 B 15.04.2024 - 01.07.2024 C 08.07.2024 - 12.08.2024 D 19.08.2024 - 28.10.2024 E 04.11.2024 - 27.01.2025	10x45 Min. 11x45 Min. 6x45 Min. * 11x45 Min. 11x45 Min.	110,00 € 121,00 € 66,00 € 121,00 € 121,00 €
Functional Training 321	A 29.01.2024 - 08.04.2024 B 15.04.2024 - 01.07.2024 C 08.07.2024 - 12.08.2024 D 19.08.2024 - 28.10.2024 E 04.11.2024 - 27.01.2025	10x60 Min. 11x60 Min. 6x60 Min. * 11x60 Min. 11x60 Min.	125,00 € 137,50 € 75,00 € 137,50 € 137,50 €
Pilates 361	A 29.01.2024 - 08.04.2024 B 15.04.2024 - 01.07.2024 C 08.07.2024 - 12.08.2024 D 19.08.2024 - 28.10.2024 E 04.11.2024 - 27.01.2025	10x60 Min. 11x60 Min. 6x60 Min. * 11x60 Min. 11x60 Min.	125,00 € 137,50 € 75,00 € 137,50 € 137,50 €
Zirkeltraining * 371	A 02.02.2024 - 12.04.2024 B 19.04.2024 - 05.07.2024 C 12.07.2024 - 16.08.2024 D 23.08.2024 - 25.10.2024 E 08.11.2024 - 31.01.2025	10x45 Min. 12x45 Min. 6x45 Min. 10x45 Min. 11x45 Min.	110,00 € 132,00 € 66,00 € 110,00 € 131,00 €

* Selbstzahlerkurs

Änderungen vorbehalten