



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 Progressive Muskel-entspannung 303	16.30 - 17.30 Uhr Rückenfit 306	17.30 - 18.30 Uhr Faszienfit 302	12.30 - 14.00 Uhr Trainingskompass 307	17.00 - 18.00 Uhr Functional Training 304
18.30 - 19.15 Uhr Aquafit 408	17.00 - 18.00 Uhr Functional Training 305		18.30 - 19.15 Uhr Aquafit 409	
	18.00 - 19.00 Uhr Autogenes Training 301			Samstag
				08.30 - 09.00 Uhr Babyschwimmen 501
				09.00 - 09.45 Uhr Kinderwasserspiele 502

* Selbstzahlerkurs

Änderungen vorbehalten

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
Aquafit 408	A 03.01.2022 - 07.03.2022	10x45 Min.	126,00 €
	B 14.03.2022 - 30.05.2022	10x45 Min.	126,00 €
	C 13.06.2022 - 26.09.2022	10x45 Min.	126,00 €
	D 10.10.2022 - 05.12.2022	8x45 Min.	100,80 €
Aquafit 409	A 06.01.2022 - 10.03.2022	10x45 Min.	126,00 €
	B 17.03.2022 - 02.06.2022	10x45 Min.	126,00 €
	C 09.06.2022 - 29.09.2022	10x45 Min.	126,00 €
	D 06.10.2022 - 08.12.2022	8x45 Min.	100,80 €
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 €
Babyschwim- men bis 2 J. * 501	A 08.01.2022 - 28.05.2022	20x30 Min.	168,00 €
	B 04.06.2022 - 17.12.2022	19x30 Min.	159,60 €
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 €
Kinder- wasserspiele* 502	A 08.01.2022 - 28.05.2022	20x45 Min.	252,00 €
	B 04.06.2022 - 17.12.2022	19x45 Min.	239,40 €
Progressive Muskel- entspannung 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 €



Unsere Kursreihen und Preise

Kurs	Termine	Umfang	Preis
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 €
Trainings- kompass 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 €