

## Neuer Grundkurs

# TAI CHI



*mit Zuschuss von  
der Krankenkasse*

Für einen starken, geschmeidigen Körper und einen klaren ruhigen Geist.

**ab Januar 2019**

**Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen**

Preis: 90,-\* €

Anmeldung und weitere Informationen beim Trainerteam unter Tel. 039932/80592

**\* Präventionskurs mit Förderung durch die Krankenkasse**

Versicherten einer teilnehmenden Krankenkasse, können die Kurskosten im Rahmen der jeweiligen Satzungsregelung anteilig erstattet werden. Die entsprechenden Regelungen kann der Versicherte bei seiner Krankenkasse erfragen. Die Erstattung an den Versicherten erfolgt nach Abschluss des Präventionskurses durch die Krankenkasse. Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen.

# Neue Rückenschule

Ihre  
Krankenkasse  
erstattet  
Ihnen bis zu  
**80%** der  
Kosten.



Ab Januar 2019 startet ein neuer praxisorientierter Rückenschulkurs. Dieser beinhaltet spezielle Stabilisations- und Aktivierungsübungen, während theoretische Kursinhalte über einfache Möglichkeiten zur Selbsthilfe bei Rückenschmerzen informieren.

**Anmeldung & Infos erhalten Sie bei unserem  
Fitnessteam.**