

# Gesundheitskurse:

Infos + Anmeldung unter: 02602/9928988

Kursgebühr: 10 Kursstunden für 95,- Euro

Kursstart: mehrmals im Jahr, jeweiligen Kursstart bitte erfragen!

**Unsere Gesundheitskurse werden als Präventionsmaßnahmen**

**bzw. als Rehasport-Maßnahmen**

**von den Krankenkassen bezuschusst !!!**

Aqua Fitness



in Montabaur, Landesmusikgymnasium

Dienstags, von 15:30 Uhr bis 16:45 Uhr

Donnerstags, von 19:45 Uhr bis 21:00 Uhr

In unseren neuen Praxisräumen in Dernbach:



Rehasport & Gerätezirkel



Verschiedene Kurse, Dauer jeweils ca.50 Minuten:

Montags, 10:00 Uhr (Senioren)

Mittwochs, 08:30 Uhr (Fortgeschr.) 19:00 Uhr (jeder)

Donnerstags, 17:30 Uhr (ab Herbst) 18:30 Uhr (jeder)

Samstags, 11:00 Uhr (jeder oder zum Schnuppern)

Schlank und Gesund-  
Ernährungsseminar



Entspannungs-  
Seminar



Jeweils Samstags/Sonntags als Workshops mehrmals im Jahr