

100.1 Rehasport Orthopädie

durchgehend

Mi, 11:15-12:00
(in der DRK Tagesstätte Versmold)

200.1 BodyWorkout

(keine festgelegte Zielgruppe)*

8 x 60 Minuten 99,00 €
Mo, 1.8.-19.9.2024, 18:00-19:00 Uhr*

*Kurs voll

8 x 60 Minuten 99,00 €
Mo, 7.10.-25.11.2024, 18:00-19:00 Uhr*

*Kurs voll

200.2 BodyWorkout für junge Mütter

(ab dem 1. Jahr Babypause)

8 x 60 Minuten 99,00 €
Mo, 4.11.-23.12.2024, 16:45-17:45 Uhr

200.3 BodyWorkout

(Sport für Schwangere)*

8 x 60 Minuten 99,00 €
Bei genügend Nachfrage wird sofort ein Kurs angesetzt.
Bei der Belegung eines 8-er Kurses ist eine anteilige Kostenübernahme der Krankenkassen bei ausreichend Teilnahme möglich.

Online-Konzept in Bearbeitung!

4 x 60 Minuten 50,00 €
aktuell kein Kurs angesetzt

Online-Konzept in Bearbeitung

200.4 BodyWorkout

Schwerpunkt - PILATES-

<i>8 x 60 Minuten</i> Di, 3.9.-22.10.2024, 19:00-20:00 Uhr Auch für Mütter nach der Rückbildung geeignet!	99,00 €
<i>3 x 60 Minuten</i> Do, 10.10. / 17.10. / 24.10.2024, 19:15-20:15 Uhr Auch für Mütter nach der Rückbildung geeignet!	38,00 €
<i>8 x 60 Minuten</i> Di, 5.11.-17.12.2024, 19:00-20:00 Uhr + Do, 19.12.2024, 19:15-20:15 Uhr Auch für Mütter nach der Rückbildung geeignet!*	99,00 €

*noch 2 freie Plätze

300.1 Rückbildungskurs

(Beckenboden für junge Mütter)

<i>8 x 60 Minuten</i> Do, 26.9.-28.11.2024, 16:45-17:45 Uhr*	109,00 €
*Kurs voll	
<i>8 x 60 Minuten</i> Do, 14.11.2024-16.1.2025, 9:15 Uhr	109,00 €
<i>8 x 60 Minuten</i> Do, 5.12.2024-6.2.2025, 16:45-17:45 Uhr	109,00 €

300.2 Aufbaukurs Rückbildung

- Steigerung der Übungsauswahl mit Schwerpunkt Beckenboden / Rückbildung, immer im Hinblick auf die Geburt und den aktuellen Zustand der Mutter, aufbauend auf den Basiskurs -

<i>8 x 60 Minuten</i> Mo, 2.9.-21.10.2024, 16:45-17:45 Uhr*	99,00 €
*noch 3 Plätze frei	

400.1 Beckenbodenkurs

<i>8 x 60 Minuten</i> Do, 5.9.-7.11.2024, 18:00-19:00 Uhr (inkl. Zusammenfassung und Lehrvideos pro Stunde)	109,00 €
---	----------

400.2 Aufbaukurs Beckenboden

- Steigerung der Übungsauswahl mit Schwerpunkt Beckenboden, immer im Hinblick auf den aktuellen Zustand der Frau -



Annkatrin Hollmann
Heilpraktikerin für Physiotherapie
• von Frau für Frau •
Münsterstr. 24a • 33775 Versmold
Tel. 05423/3179989
info@physiotherapie-hollmann.de •
www.pysiotherapie-hollmann.de

8 x 60 Minuten
Do, 14.11.2024-16.1.2025, 18:00-19:00 Uhr

99,00 €