

Anmeldung ab  
3. Februar 2025

Kursdauer:  
8 Einheiten

Präventionskurse März bis April 2025

Kurs-Nr.	Kursbezeichnung	Wochentag	Uhrzeit	Start	Ende	Preis	Status
<b>Bewegung</b>							
1	Aquajofit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	07:15-08:00	10.03.2025	05.05.2025	120 €	freie Plätze
2	Aquajofit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	10:30-11:15	10.03.2025	05.05.2025	120 €	Kurs ist belegt
3	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Montag	11:15-12:00	10.03.2025	05.05.2025	120 €	Kurs ist belegt
4	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Montag	13:00-13:45	10.03.2025	05.05.2025	120 €	freie Plätze
5	Aquajofit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	16:30-17:15	10.03.2025	05.05.2025	120 €	Kurs ist belegt
6	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Montag	17:15-18:00	10.03.2025	05.05.2025	120 €	Kurs ist belegt
7	Aquajofit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	18:00-18:45	10.03.2025	05.05.2025	120 €	Kurs ist belegt
8	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Montag	18:45-19:30	10.03.2025	05.05.2025	120 €	Kurs ist belegt
9	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Dienstag	13:45-14:30	11.03.2025	29.04.2025	120 €	Kurs ist belegt
10	Aquajofit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Dienstag	19:00-19:45	11.03.2025	29.04.2025	120 €	Kurs ist belegt
11	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Mittwoch	11:00-11:45	12.03.2025	30.04.2025	120 €	Kurs ist belegt
12	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Mittwoch	17:30-18:15	12.03.2025	30.04.2025	120 €	Kurs ist belegt
13	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Mittwoch	18:15-19:00	12.03.2025	30.04.2025	120 €	Kurs ist belegt
14	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Mittwoch	19:00-19:45	12.03.2025	30.04.2025	120 €	Kurs ist belegt
<b>Entspannung</b>							
15	Hatha Yoga	Montag	18:30-19:30	10.03.2025	05.05.2025	120 €	wenige Plätze frei
16	Hatha Yoga	Dienstag	18:30-19:30	11.03.2025	29.04.2025	120 €	wenige Plätze frei
<b>Rauchentwöhnung</b>							
17	Das Rauchfrei-Programm (1)	Mo & Mi	17:00-18:30	10.03.2025	09.04.2025	199 €	freie Plätze

(1) Kurs läuft über 7 Einheiten

+++ Vorkasse für alle Teilnehmer nötig +++ Kursabsagen bei zu geringen Anmeldezahlen möglich +++

Anmeldezeiten: Mo - Fr 7:30 - 15:00 Uhr \* Telefon (02 09) 380 33 130 \* Internet: [www.medicos-AufSchalke.de](http://www.medicos-AufSchalke.de)

Stand: 26.02.2025 07:31