



MEDIAN Klinik am Südpark, Bad Nauheim

Kompetenz-Zentrum für Gesundheit und medizinische Fitness

Wir bieten Ihnen anerkannte und geförderte Präventionskurse wie Wassergymnastik für Senioren, Bauch-Beine-Po, Senioren-Gymnastik 60 plus, Yoga, After Work Fitness sowie Stressbewältigung und Burnoutprophylaxe.

Kursprogramm Januar 2020

Bewegung – Indoor			
Kurs:	Kurstag / Zeit:	Start am:	Kursleiter/in:
Wassergymnastik für Senioren (45 Min. 1 x wöchentlich) 65 € für 10 Termine (Ihr Anteil*: 13 €)			
Nr. 01/1	montags, 16:15 Uhr	20.01.2020	Daniel Leick, Physiotherapeut, Aqua Trainer Mariusz Michalski, Physiotherapeut, Aqua Trainer
Nr. 01/2	mittwochs, 16:15 Uhr	22.01.2020	Daniel Leick, Physiotherapeut, Aqua Trainer Denise Friedrich, Physiotherapeutin, Aqua Trainerin
Nr. 01/3	mittwochs, 19:00 Uhr	22.01.2020	Daniel Leick, Physiotherapeut, Aqua Trainer Karin Reifschneider, Physiotherapeutin, Aqua Trainerin
Nr. 01/4	donnerstags, 19:15 Uhr	23.01.2020	Claudia Dreher, Physiotherapeutin, Aqua Trainerin
Nr. 01/5	donnerstags, 18:00 Uhr	23.01.2020	Claudia Dreher, Physiotherapeutin, Aqua Trainerin
Nr. 01/6	donnerstags, 16:45 Uhr	23.01.2020	Daniel Leick, Physiotherapeut, Aqua Trainer
Bauch-Beine-Po-Fitnesstraining durch Bewegung (60 Min. 1 x wöchentlich) 65 € für 10 Termine			
Nr. 02	dienstags, 19:30 Uhr	21.01.2020	Esther Müller, Übungsleiterin
Senioren-Gymnastik 60 plus (60 Min. 1 x wöchentlich) 70 € für 10 Termine (Ihr Anteil*: 14 €)			
Nr. 03	dienstags, 17:00 Uhr	21.01.2020	Eveline Schweinle, Sport-/Gymnastiklehrerin

Kurs:	Kurstag / Zeit:	Start am:	Kursleiter/in:
Yoga (90 Min. 1 x wöchentlich) freie Terminwahl mit 10er Karte möglich 70 € für 10 Termine			
Nr. 04	mittwochs, 19:30 Uhr	ab sofort	Bärbel Behrens, Übungsleiterin
After Work Fitness (60 Min. 1 x wöchentlich) 65 € für 10 Wochen			
Nr. 05	mittwochs, 17:30 Uhr	22.01.2020	Loren Cabrera-Selinski, Zumba-Instructor, Fitnesstrainer B-Lizens
Entspannung / Stressbewältigung			
Kurs:	Kurstag/Zeit:	Start am:	Kursleiter/in:
Stressbewältigung und Burnoutprophylaxe 60 € Nähere Informationen erhalten Sie unter Tel.: 0 60 32 / 919271			
Nr. 06	Samstag, 10:00 - 16:30 Uhr	08.02.2020	Ina Almstedt, Heilpraktikerin für Psychotherapie / Burnout-Beraterin

Anmeldung:

Das Kursprogramm finden Sie auf unserer Homepage www.median-kliniken.de unter dem Link www.median-kliniken.de/de/median-klinik-am-suedpark-bad-nauheim/ueber-uns/informationmaterial/
Ebenso liegt das Kursprogramm an der Rezeption der Klinik aus.

Bei Interesse melden Sie sich bitte für alle Kurse mit beiliegendem „Anmeldebogen“ an.

Aus organisatorischen Gründen laufen die Wassergymnastikkurse mit den bestehenden Teilnehmern weiter. Bei Anmeldung für die Wassergymnastik werden wir Sie dann auf die Warteliste setzen und Sie entsprechend informieren.

Zahlung: Wenn Sie einen Platz in den Kursen erhalten haben, bekommen Sie eine Rechnung zugesandt.

Abmeldung: Sollte Ihnen die Teilnahme am ausgewählten Kurs nicht möglich sein, bitten wir um rechtzeitigen Rückruf (Telefon 06032 / 704-706). Bei Abmeldungen bis eine Woche vor Kursbeginn erheben wir lediglich 5 € Bearbeitungsgebühr. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass wir bei Abmeldungen, die später als eine Woche vor Kursbeginn eingehen, die volle Kursgebühr berechnen. Selbstverständlich besteht die Möglichkeit, uns eine/n Ersatzteilnehmer/in zu nennen.

Anmerkung: Die angebotenen Gesundheitskurse ersetzen keine ärztliche Behandlung, können diese aber in vielen Fällen unterstützen und ergänzen. Personen, die unter Beschwerden und Erkrankungen (Schmerzpatienten) leiden, sollten vor der Anmeldung ihren Arzt um Rat fragen.

***Bitte beachten Sie:** Diese Kurse sind als Primärpräventionskurse nach § 20 SGB V anerkannt. Je nach Krankenkasse werden pro Person und Jahr bis zu 80 % der Kursgebühren für max. ein bis zwei Kurse erstattet. Bitte informieren Sie sich vorher bei Ihrer Krankenkasse. Private Krankenkassen übernehmen in der Regel keinen Zuschuss.



MEDIAN Klinik am Südpark, Bad Nauheim

Kompetenz-Zentrum für Gesundheit und medizinische Fitness

Anmeldebogen

Bitte Rückgabe an:

Median Klinik am Südpark Bad Nauheim

Kursprogramm Januar 2020

Zanderstr. 26 • 61231 Bad Nauheim

Hiermit melde/n ich/wir mich/uns zu dem folgenden Kurs oder den folgenden Kursen an:

Teilnahme: als Einzelperson als Paar

- Nr. 01/1 Wassergymnastik für Senioren – montags, 16:15 Uhr, ab 20.01.2020, Warteliste
- Nr. 01/2 Wassergymnastik für Senioren – mittwochs, 16:15 Uhr, ab 22.01.2020, Warteliste
- Nr. 01/3 Wassergymnastik für Senioren – mittwochs, 19:00 Uhr, ab 22.01.2020, Warteliste
- Nr. 01/4 Wassergymnastik für Senioren – donnerstags, 19:15 Uhr, ab 23.01.2020, Warteliste
- Nr. 01/5 Wassergymnastik für Senioren – donnerstags, 18:00 Uhr, ab 23.01.2020, Warteliste
- Nr. 01/6 Wassergymnastik für Senioren – donnerstags, 16:45 Uhr, ab 23.01.2020, Warteliste
- Nr. 02 Bauch-Beine-Po – dienstags, 19:30 Uhr, ab 21.01.2020
- Nr. 03 Senioren-Gymnastik 60 plus – dienstags, 17:00 Uhr, ab 21.01.2020
- Nr. 04 Yoga – mittwochs, 19.30 Uhr, ab sofort möglich, da der Kurs durchgängig läuft (10er-Karte)
- Nr. 05 After Work Fitness – mittwochs, 17:30 Uhr, ab 22.01.2020
- Nr. 06 Stressbewältigung – Samstag, den 08.02.2020, 10:00 - 16:30 Uhr

.....
Name, Vorname

.....
Straße

.....
PLZ, Wohnort

.....
Telefon / Mobil-Telefon

.....
Datum, Unterschrift