

Veranstalter: Physio Zentrum Fockbek

Anmeldung bitte direkt über Physio Zentrum Fockbek
Tel. 04331/62942 oder www.swanhild-priestley.de

Neue Rückenschule für Anfänger

Kursbeginn: 30.04.2019
Dienstag 18.15 – 19.45 Uhr
Kursleiterin: [Thea Biel](#)
10 x 60 Min., € 90,00
max. 10 Teilnehmer

Neue Rückenschule fortlaufend

1. Montags 19.30 – 20.30 Uhr
2. Freitags 15.15 – 16.15 Uhr
Kursleiterin: [Walburga Weidenbach](#)
je Kurs 10 x 60 Min., € 90,00
max. 10 Teilnehmer

Rückenfit mit Yoga fortlaufend

1. Montags 16.45 – 18.00 Uhr ab 04.03.2019
2. Donnerstags 18.10 – 19.25 Uhr
Kursleiterin: [Walburga Weidenbach](#)
10 x 75 Min., € 90,00
max. 10 Teilnehmer

Ganzheitliches Krafttraining (GKT) für Anfänger

Kraft - Balance - Koordination

Kursbeginn: 30.04.2019
Dienstag 17.30 – 18.30 Uhr
Kursleiterin: [Thea Biel](#)
8 x 60 Min., € 100,00
max. 6 Teilnehmer

Ganzheitliches Krafttraining (GKT) fortlaufend

Kraft - Balance - Koordination

1. Montags 18.30 – 19.30 Uhr
 2. Mittwochs 18.00 – 19.00 Uhr
 3. Mittwochs 19.15 – 20.15 Uhr
 4. Donnerstags 7.45 – 8.45 Uhr
 5. Donnerstags 19.30 – 20.30 Uhr
- Kursleiterin Kurs 1: [Walburga Weidenbach](#)
Kursleiterin Kurs 2-4 : [Swanhild Priestley](#)
Kursleiterin Kurs 5: [Thea Biel](#)
je Kurs 10 x 60 Min., € 90,00
max. 6 Teilnehmer

Parkinson – Gymnastik fortlaufend

- Mittwochs 9.40 - 10.40 Uhr
Kursleiterinnen: [Antje Kümmel](#) u. [Sascha Aden](#)
10 x 60 Min., € 70,00
max. 8 Teilnehmer

Yoga für Anfänger

- Kursbeginn: 01.03.2019
Freitag 11.00 – 12.15 Uhr
Kursleiterin: [Walburga Weidenbach](#)
10 x 75 Min., € 90,00
max. 10 Teilnehmer

Yoga fortlaufend

1. Freitags 9.30 - 10.45 Uhr
 2. Freitags 16.30 - 17.45 Uhr
- Kursleiterin: [Walburga Weidenbach](#)
je Kurs 10 x 75 Min., € 90,00
max. 10 Teilnehmer

Aerial Yoga zum Kennenlernen

schweben - schaukeln – hängen

Aerial Yoga macht das Leben leichter,
weil wir loslassen und der Stress einfach
abfällt.

1. Kurs: 27.02.2019
Mittwoch von 15.00 – 16.15 Uhr
 2. Kurs: 27.03.2019
Mittwoch von 15.00 – 16.15 Uhr
 3. Kurs: 15.05.2019
Mittwoch von 15.00 – 16.15 Uhr
- Kursleiterin: [Walburga Weidenbach](#)
je Kurs 1 x 75 Min., € 20,00
max. 6 Teilnehmer