

Unsere Präventionskurse im Körperwerk Freiburg nach §20



Starker Rücken

Montag 18.30 – 19.15 Uhr
(Janik Diels)

09. Dezember – 03. Februar 2025
(kein Kurs am 06.01.25)

Mittwoch 17.30 – 18.15 Uhr
(Rebecca Müller)

11. Dezember – 12. Februar 2025
(kein Kurs am 25.12.24 und 01.01.25)

Pilates

Montag 17.30 – 18.15 Uhr
(Elisa Ebner)

04. November – 23. Dezember 2024

Mittwoch 18:30 – 19:15 Uhr
(Elisa Ebner)

18. Dezember – 19. Februar 2025
(kein Kurs am 25.12.24 und 01.01.25)

Faszientraining

Dienstag 17.30 – 18.15 Uhr
(Lisa Breitkreuz)

10. Dezember – 11. Februar 2025
(kein Kurs am 24.12.24 und 31.12.24)

Präventives Gelenke Training

Donnerstag 10:00 – 10:45 Uhr 31. Oktober – 19. Dezember 2024
(Rebecca Müller)

Hatha-Yoga

Donnerstag 17:30 – 18:30 Uhr 24. Oktober - 09. Januar 2024
(Eva Lüke) **(kein Kurs am 12.12.24 + 26.12.24)**

*Alle Präventionskurse sind von den gesetzlichen Krankenkassen zertifiziert und die Kosten werden bis zu 80% zurückerstattet. Welchen Anteil und wie oft die Krankenkasse bezahlt ist abhängig von der einzelnen Krankenkasse und kann dort erfragt werden. Für eine Erstattung müssen 7 von 8 Kurstermine besucht werden.