

Teilnahmebedingungen

Anmeldung:

✉ therapeutischesteam@medizintechnik-kroeger.de
☎ 03531 7990-7252

Kursgebühr:

Diese ist vollständig vor Beginn der Kurseinheiten zu entrichten. Dazu erhalten Sie eine Rechnung.

Teilnahmebescheinigung:

Nach Beendigung unserer zertifizierten Kurse erhalten Sie eine Bescheinigung für Ihre Krankenkasse und / oder für Ihren Arbeitgeber.

Kostenerstattung durch die Krankenkasse:

Bei regelmäßiger Teilnahme an unseren zertifizierten Kursen übernimmt Ihre Krankenkasse die Kosten anteilig, meist für zwei Präventionskurse im Jahr. Informationen zu Rückerstattungsmöglichkeiten erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse.

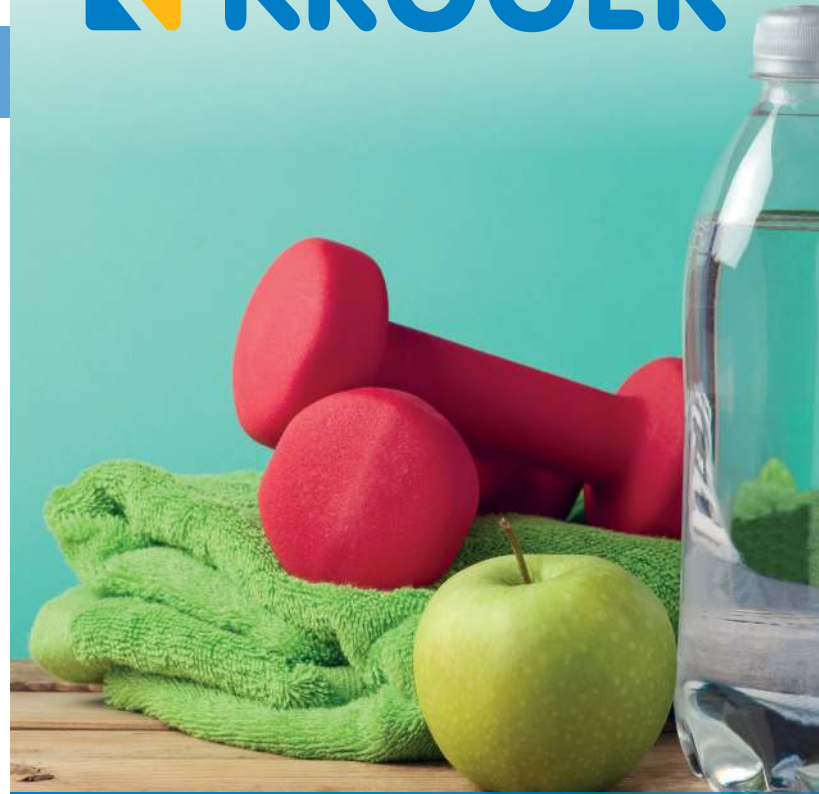
Veranstaltungsort

Kröger Gesundheitspassage
Hertzstraße 8
03238 Massen-Niederlausitz

Steigern Sie Ihre Gesundheit zu Hause, an Ihren Lieblingsorten oder unterwegs.



Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, an ausgewählten Kursen digital teilzunehmen. Diese haben wir im Programm mit dem Symbol markiert. Alles Weitere erfahren Sie bei der Anmeldung.



Gesundheitskurse 2021

Bewegung – Ernährung – Entspannung

Mit unserem Kursprogramm für Kinder und Erwachsene und einem qualifizierten Expertenteam begleiten wir Sie auf dem Weg zu mehr Vitalität und Wohlbefinden. Sie können aktiv etwas für Ihre Gesundheit tun und Ihre Lebensqualität verbessern.



Unser Kursprogramm 2021

Private Kurse

Jeweils 10 Einheiten pro Kurs.

Nordic Walking

Sanftes Herz-Kreislauf-Training in der freien Natur

Kursgebühr für eine Einheit pro Person: 12 €

Tag	Uhrzeit	Kursstart
Mo	16:30 - 17:30 Uhr	12.04.2021

Power-Workout

Gekräftigt von Kopf bis Fuß

Kursgebühr für eine Einheit pro Person: 12 €

Tag	Uhrzeit	Kursstart
Di	16:30 - 17:30 Uhr	ganzjährig

Step Aerobic – Fit in den Sommer mit unserem Fatburner-Workout

Das perfekte Training für den ganzen Körper, die Kondition und Koordination zu rhythmischer Musik

Kursgebühr für eine Einheit pro Person: 12 €

Tag	Uhrzeit	Kursstart
Fr	16:00 - 17:00 Uhr	23.04.2021
Fr	16:00 - 17:00 Uhr	17.09.2021

Reha-Sport

Die Teilnahme ist über eine Verordnung durch Ihren behandelnden Arzt möglich.

Reha-Sport zur Verbesserung der Ausdauer, Kraft und Koordination

Hinweis: Die Teilnahme ist auch auf Selbstzahlerbasis möglich. Die Kursgebühr beträgt dann für eine Einheit pro Person 9,50 €.

Tag	Uhrzeit	Kursstart
Mo	09:00 - 10:00 Uhr	ganzjährig
Mo	17:00 - 18:00 Uhr	ganzjährig

Zertifiziert durch die gesetzlichen Krankenkassen.

Präventionskurse

Gelassen trotz(t) Stress

Progressive Muskelrelaxation

Kursgebühr für zehn Einheiten pro Person: 110 €

Tag	Uhrzeit	Kursstart
Mo	10:00 - 11:00 Uhr	12.04.2021
Mo	10:00 - 11:00 Uhr	13.09.2021

RückenFit

Ganzheitliches Körpertraining zur Stärkung der Rückenmuskulatur

Kursgebühr für zehn Einheiten pro Person: 120 €

Tag	Uhrzeit	Kursstart
Do	16:45 - 17:45 Uhr	08.04.2021
Do	16:45 - 17:45 Uhr	09.09.2021

Leicht abnehmen – mit Genuss zum Wunschgewicht

Ernährungsberatung zur Vermeidung und Reduktion von Übergewicht

Kursgebühr für zehn Einheiten pro Person: 150 €

Tag	Uhrzeit	Kursstart
Di	16:30 - 17:15 Uhr	20.04.2021
Di	16:30 - 17:15 Uhr	14.09.2021

KinderLeicht essen und trinken

Ernährungsberatung für Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahre zur Vermeidung / Reduktion von Übergewicht

Kursgebühr für zehn Einheiten pro Person: 150 €

Tag	Uhrzeit	Kursstart
Mo	15:30 - 16:30 Uhr	19.04.2021
Mi	15:30 - 16:30 Uhr	15.09.2021