



REHA-ZENTRUM TELTOW

Ambulante
Rehabilitation & Prävention

Zertifizierte
Präventionskurse!

Kursplan 4. Quartal 2021

WIRBELSÄULENGYMNASTIK

(Kursleiterin: Jessica Lang, Ort: Stadt Teltow, Stubenrauchsaal)

Mittwoch, 06.10.2021, 12.15 Uhr
10 x 60 min (115 €)

AQUAFITNESS

(Kursleiterin: Nina Bergmann, Ort: Reha-Zentrum Teltow)

Donnerstag, 07.10.2021, 16.00 Uhr
10 x 45 min (129 €)

Progressive Muskelrelaxation

(Kursleiterin: Andrea Köhn, Ort: Reha-Zentrum Teltow)

Mittwoch, 13.10.2021, 17.15 Uhr
8 x 90 min (129 €)

QI GONG

(Kursleiterin: Ulrike Weber, Ort: Reha-Zentrum Teltow)

Mittwoch, 03.11.2021, 16.00 Uhr
10 x 60 min (115 €)

HATHA YOGA dynamisch

(Kursleiterin: P. Stiller, Ort: Reha-Zentrum Teltow)

Donnerstag, 04.11.2021, 16.30 Uhr
10 x 60 min (115 €)

HATHA YOGA AUFBAUKURS

(Kursleiterin: P. Stiller, Ort: Reha-Zentrum Teltow)

Donnerstag, 04.11.2021, 17.30 Uhr
10 x 60 min (115 €)

Anmeldung unter: praevention@rehazentrum-teltow.de oder
Fax: 03328/ 30 31 59