



## Tai Chi, Qigong, Yin-Yoga

- » **Tai Chi (Präventionskurs/Monatsabo)**  
dienstags 11 Uhr, 60 Minuten, Anfänger\*innen
- » **Qigong/Tao-Übungen (Präventionskurs\*/Monatsabo)**  
freitags 13:15 Uhr, 60 Minuten, Anfänger\*innen/Fortgeschrittene
- » **Yin-Yoga, Faszien-Training (Präventionskurs\*/Monatsabo)**  
freitags 18:30 Uhr (90 Minuten), Anfänger\*innen/Fortgeschrittene
- » **Yin-Yoga, Faszien-Training (Monatsabo)**  
montags 15:00 Uhr, 60 Minuten, Anfänger\*innen/Fortgeschrittene  
dienstags 12:30 Uhr, 60 Minuten, Anfänger\*innen/Fortgeschrittene

\* **Präventionskurse finden 12x wöchentlich statt und werden von den gesetzlichen Krankenkassen mit 50% oder mehr als Präventivmaßnahme bezuschusst, eine 10-malige Teilnahme ist erforderlich. Ein 60-minütiger Präventionskurs kostet 156,- Euro, ein 90-minütiger Kurs kostet 216,- Euro. Eine Buchung als Kursabo monatlich oder im Rahmen einer Kursflat ist ebenfalls möglich.**

**Anmeldung im** Tel 0251 1323100  
[physiotherapie@aqua-vitalis.de](mailto:physiotherapie@aqua-vitalis.de)  
[www.aqua-vitalis.de](http://www.aqua-vitalis.de)

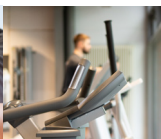
**aqua vitalis**  
Schwimmen | Therapie | Fitness | Entspannung



Schwimmen



Physiotherapie



Fitness



Kurse



Massagen