



ZUSATZANGEBOTE für Mitglieder und Nichtmitglieder

FiveGym

45-min. Beweglichkeitskurs | Mo 18.30 Uhr | Sa 10.00 Uhr | inkl. für Mitglieder

Yoga

60-min. Yogakurs | Mi 18.30 Uhr | So 11.00 Uhr | inkl. für Mitglieder

Präventionskurs | präventives Rücken- und Gelenktraining

8 Einheiten | 120 Euro | Krankenkassenbezuschusst | Termine s. Aushang

Präventionskurs | Beckenbodengymnastik

2 Tage zu je 4 Stunden | 120 Euro | Krankenkassenbezuschusst | Termine s. Aushang

Seminare und Workshops

Themen, Termine und Preise s. Aushang

Personal Training

Bis 90 Min. Dauer | 75 Euro für Mitglieder | 95 Euro für Nichtmitglieder

Körperanalyse | InBody-BIA-Methode

Mit Befundbogen und Auswertung | Bis 30 Min. Dauer | 30 Euro für Mitglieder

Körperorientierte Gestaltberatung

Mehr dazu findest Du hier: www.bewegend-sein.de/juttachristmann

Ort: Bewegend EINFACH FRAU SEIN - Seminarraum · Raiffeisenstr. 28 · 65191 Wiesbaden