



Haus für Gesundheit

EnergieKörper und Seele
Physiotherapie – Training – Wellness



Ferienprogramm 2015

1. Ferienwoche 27. Juli bis 31. Juli 2015 mit Kerstin

Di	28. Juli 15	9 – 10 Uhr	Rückenfit mit Entspannungstechnik „Jacobson“
Di	28. Juli 15	19 – 20 Uhr	Stabilisation der Körpermitte mit „Brasils“
Do	30. Juli 15	9:45 – 10:45	Bauch-Beine-Po

2. Ferienwoche 3. August bis 7. August 2015 mit Kerstin

Di	4. August 15	9 – 10 Uhr	Rückenfit mit Entspannungstechnik „Phantasiereise“
Di	4. August 15	19 – 20 Uhr	Stabilisation der Körpermitte mit „Schwungstab“
Do	6. August 15	9:45 – 10:45	Bauch-Beine-Po

3. Ferienwoche 10. August bis 14. August 2015 mit Kerstin

Di	11. August 15	9 – 10 Uhr	Rückenfit mit Entspannungstechnik „Körperreise“
Di	11. August 15	19 – 20 Uhr	Stabilisation der Körpermitte mit „Ballkissen“
Do	13. August 15	9:45 – 10:45	Bauch-Beine-Po

4. Ferienwoche 17. August bis 21. August 2015 mit Annette

Mo	17. August 15	10:15 – 11:15	Fitness-Gym
Mi	19. August 15	19:15 – 20:15	Beckenboden-Spezial

5. Ferienwoche 24. August bis 28. August 2015 mit Annette

Mo	24. August 15	10:15 – 11:15	Fitness-Gym
Mi	26. August 15	19:15 – 20:15	Beckenboden-Spezial

6. Ferienwoche 31. August bis 4 September 2015 mit Annette

Mo	31. August 15	10:15 – 11:15	Fitness-Gym
Mi	2. Sept. 15	19:15 – 20:15	Beckenboden-Spezial

Bitte mit Voranmeldung

Kosten pro Einheit : 9,50€



Haus für Gesundheit

EnergieKörper und Seele
Physiotherapie – Training – Wellness



Ferienprogramm 2015

1. Ferienwoche 27. Juli bis 31. Juli 2015 mit Kerstin

Di	28. Juli 15	9 – 10 Uhr	Rückenfit mit Entspannungstechnik „Jacobson“
Di	28. Juli 15	19 – 20 Uhr	Stabilisation der Körpermitte mit „Brasils“
Do	30. Juli 15	9:45 – 10:45	Bauch-Beine-Po

2. Ferienwoche 3. August bis 7. August 2015 mit Kerstin

Di	4. August 15	9 – 10 Uhr	Rückenfit mit Entspannungstechnik „Phantasiereise“
Di	4. August 15	19 – 20 Uhr	Stabilisation der Körpermitte mit „Schwungstab“
Do	6. August 15	9:45 – 10:45	Bauch-Beine-Po

3. Ferienwoche 10. August bis 14. August 2015 mit Kerstin

Di	11. August 15	9 – 10 Uhr	Rückenfit mit Entspannungstechnik „Körperreise“
Di	11. August 15	19 – 20 Uhr	Stabilisation der Körpermitte mit „Ballkissen“
Do	13. August 15	9:45 – 10:45	Bauch-Beine-Po

4. Ferienwoche 17. August bis 21. August 2015 mit Annette

Mo	17. August 15	10:15 – 11:15	Fitness-Gym
Mi	19. August 15	19:15 – 20:15	Beckenboden-Spezial

5. Ferienwoche 24. August bis 28. August 2015 mit Annette

Mo	24. August 15	10:15 – 11:15	Fitness-Gym
Mi	26. August 15	19:15 – 20:15	Beckenboden-Spezial

6. Ferienwoche 31. August bis 4 September 2015 mit Annette

Mo	31. August 15	10:15 – 11:15	Fitness-Gym
Mi	2. Sept. 15	19:15 – 20:15	Beckenboden-Spezial

Bitte mit Voranmeldung

Kosten pro Einheit : 9,50€