

Kursplan 2026

Unsere Gesundheits- und Entspannungskurse finden (sofern nicht anders angegeben) in unserer Praxis am Dornbergsweg 24 statt.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10:00 – 11:00 Uhr: Starke Mitte - Beckenbodenkurs 8 Termine; 96 € Start: 17.08.		9:30 – 10:45 Uhr: ♥ Yoga am Vormittag 10 Termine; 170 €	10:00 – 11:00 Uhr: Sitz dich fit - Hockergymnastik Amtsfeldstraße 21 8 Termine; 96 € Start: 20.08.26	8:00 – 9:00 Uhr: ♥ Yoga am Morgen Heltauer Platz 1 10 Termine; 120 €
		16:00 – 17:00 Uhr: Starke Mitte - Beckenbodenkurs 8 Termine; 96 € Start: 19.08.	17:00 – 18:00 Uhr: Geführtes Gerätetraining Amtsfeldstraße 21 8 Termine; 128 € Start: 20.08.26	
18:00 – 19:15 Uhr: Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger 10 Termine; 170 €	18:00 – 19:00 Uhr: Pilates 10 Termine; 145 € Start: 25.08.	18:00 – 19:15 Uhr: Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger ♥ 10 Termine; 170 €	18:30 – 20:00 Uhr: Klangreise 1 Termin auf Anfrage; 12 €	
19:30 – 20:45 Uhr: ♥ Yoga für Fortgeschrittene 10 Termine; 170 €		19:30 – 20:45 Uhr: Yoga aktiv ♥ 10 Termine; 170 €		



Weitere Informationen und Kursbuchung unter www.vitaconsana.de/kurse (nutzen Sie gern den QR-Code) oder telefonisch unter 03943 / 26 43 304.



Diese Kurse sind zertifiziert und können von den Krankenkassen bezuschusst werden.