

Unser Kursprogramm:

				Einheiten	Preis
Montag:					
18:00 - 19:00 Uhr	<u>Rückenfit</u>	Daniel Rzepka	online	10	90,-€
19:00 - 20:00 Uhr	<u>Adipositas-Sport</u>	Daniel Rzepka	online	(6 Monate)	219,-€
Dienstag:					
09:00 - 10:00 Uhr	<u>Beckenbodentraining Männer</u> <u>In Bewegung kommen - in Bewegung</u>	Birgit Warnke	ZfG R4	6	60,-€
10:30 - 11:30 Uhr	<u>bleiben</u>	Birgit Warnke	ZfG R4	6	60,-€
16:00 - 17:00 Uhr	<u>Beckenbodentraining Frauen</u>	Birgit Warnke	ZfG R4	6	60,-€
17:30 - 18:30 Uhr	<u>Onkowalking</u>	Birgit Warnke	outdoor, Start ZfG	6	60,-€
18:00 - 19:00 Uhr	<u>Entspannungsabende-Zeit für mich</u>	Sibylle Stocké	ZfG R4	4	40,-€
18:00 - 19:30 Uhr	<u>Lebendiges Sehen (Erlebnisvortrag)</u>	Sibylle Stocké	ZfG R4	03.11.2020	12,-€
Mittwoch:					
09:00 - 10:00 Uhr	<u>Gesund und Fit mit Walking</u>	Birgit Warnke	outdoor, Start ZfG	6	60,-€
14:30 - 16:00 Uhr	<u>Gesunde Zähne von Anfang an</u>	Anja Krebühl	ZfG R4	02.09.2020	kostenfrei
19:00 -20:00 Uhr	<u>Adipositas-Sport</u>	Team Adpositastrainer	online	(6 Monate)	219,-€
19:00 -20:00 Uhr	<u>Adipositas-Sport</u>	Alexandra Sickenius	outdoor	(6 Monate)	219,-€
Freitag:					
14:00 - 15:00 Uhr	<u>Beckenbodentraining Frauen</u> <u>(Fortgeschrittene)</u> <u>In Bewegung kommen - in Bewegung</u>	Birgit Warnke	outdoor	6	60,-€
15:30 - 16:30 Uhr	<u>bleiben</u>	Birgit Warnke	ZfG R4	6	60,-€
17:00 - 18:00 Uhr	<u>Faszientraining/Dehnen</u>	Daniel Rzepka	online	10	90,-€

Unser Kursprogramm:

Freitag:					
18:00 - 19:00 Uhr	<u>Progressive Muskelentspannung</u>	Sibylle Stocké	ZfG R4	8	80,-€
19:15 - 20:15 Uhr	<u>Adipositas-Sport</u>	Daniel Rzepka	outdoor	(6 Monate)	219,-€
Samstag:					
09:00 - 17:00 Uhr	<u>Erste Hilfe bei Kindernotfällen</u>	ASB Ausbilder	ZfG R4	12.09.2020	35,-€, Paare: 70,-€

Melden Sie sich einfach online über die Kursbeschreibung an, dort finden Sie die Starttermine

Unser Kursprogramm wird stetig erweitert und aktualisiert

Kontakt/Anmeldung:

Zentrum für Gesundheitsförderung
Von-Steuben-Str.17, 67549 Worms
Tel.: 06241-268049-0
Sprechzeiten: Montag - Freitag 9-12 Uhr
E-Mail: zfg@klinikum-worms.de
Internet: www.klinikum-worms.de/zfg