

Stundenplan Yoga und Pilates

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---|--|--|--|---------|---------|---|
| 10.00 – 11.30 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs online | 9.30 – 11.00 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs in Präsenz / Yoga Studio | 10.00 – 11.15 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs online | 9.30 – 10.30 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs in Präsenz / Yoga Studio | | | Yoga Specials / Termine auf Anfrage oder durch Aufnahme in den Newsletter |
| 15.00 – 16.00 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs online | 15.00 – 16.00 Uhr Hatha Yoga hybrid (sowohl online als auch im Studio) | 16.30 – 17.45 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs online | 16.30 – 18.00 Uhr Yin Yoga hybrid (sowohl online als auch im Studio) | | | |
| 16.30 – 18.00 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs in Präsenz / Yoga Studio | 16.30 – 18.00 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs in Präsenz / Yoga Studio | 18.00 – 19.30 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs online | 18.30 – 20.00 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs in Präsenz / Yogastudio | | | |
| 18.30 – 20.00 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs in Präsenz / Yoga Studio | 18.30 – 20.00 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs in Präsenz / Yoga Studio | 20.00 – 21.30 Uhr Hatha Yoga hybrid (sowohl online als auch im Studio) | 20.30 – 22.00 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs online | | | |
| 20.15 – 21.45 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs online | 20.15 – 21.45 Uhr Hatha Yoga Präventionskurs online | | | | | |

Anerkannte Präventionskurse werden von den meisten gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

Die oben angegebenen Präventionskurse sind von der Zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert und gelistet.

Für die Bezuschussung ist eine Teilnahme von 80 % der Stunden im gebuchten Kurs erforderlich.

Eine Bescheinigung über die Teilnahme wird nach Kursende ausgestellt.

Dies ist nur für zertifizierte Kurse möglich.

Für weitere Informationen wird empfohlen bei der eigenen Krankenkasse nachzufragen.