



Kurs - Herbst 2018 RSC Programm

Ringerhalle/Jugendzentrum/Hallenbad

- Qi Gong

- Das Training der Lebenskraft mit
Elisabeth Affa-Bradley –zertifizierte Qi Gong Lehrerin

Kurszeit: Mittwoch, 17:00 - 18:15 Uhr - zehn Einheiten á 75 min
Start: Mi., 10. 10.18 - **Ende:** Mi., 12.12. 18
TN-Gebühr: 86,00 Euro (Mitglieder: 60,—) **(Achtung Änderung Kurstag + Zeit !)**

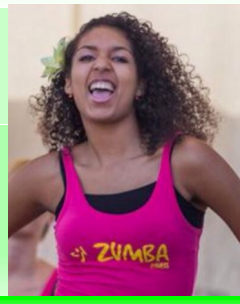
- Hatha Yoga

- für Körper, Geist und Seele mit
Gerhard Lorenz – Yogalehrer BDY/EYU

- für Geübte, Neu- und Wiedereinsteiger - auch für Teilnehmer mit Einschränkungen
Kurszeit: Montag, 16:30 - 17:45 Uhr - zehn Einheiten á 75 min
Start: Mo., 1. 10.18 - **Ende:** Mo., 10.12.018 (kein Kurs: Mo., 29.10 –Ferien)
TN-Gebühr: 86,00 Euro (Mitglieder 60,00) **(Achtung Änderung Kurstag !)**

- ZUMBA

mit **Natasha Sebree**
–lizenzierte Instructorin



**Jugendzentrum
Rehaus**

Kurszeit: Donnerstag, 17:45 - 18:45 Uhr
- je Einheit á 60 min (kein Kurs: jeweilige Bekanntgabe)
Neustart/Wiederbeginn: Do., 13.09.18
TN-Gebühr: Zehnerkarte: 70,00 Euro
(Achtung Änderung Kurszeit + Räumlichkeit!)



**Mitglieder-
rabatt:
30 %**

ZUMBA Krav Maga
Ganzjährige Angebote
Einstieg jederzeit möglich!

**Bei allen
Kursen!**

Vorkenntnisse nicht erforderlich!

- Krav Maga

**Selbstverteidigung, Selbstbehauptung
Zivilcourage**

Kurszeit: Mittwoch, 18:30 - 20:00 h (Regeltraining)
- je Einheit á 90 min (kein Kurs: jeweilige Bekanntgabe)
Neustart/Wiederbeginn: Mi., 10.10.18
TN-Gebühr: Zehnerkarte: 70,00 Euro (Mitglieder 50,—)

mit **Max Köppel**
–KM-Instructor



(Achtung Änderung Kurstag !)

- Aqua-Gymnastik

Kostenbeteiligung der Krankenkassen nach § 20 SGB V im üblichen Rahmen (80 %) möglich!

von und mit **PhysioG Rehaus** – Rehabilitation- und Präventionszentrum
Kurszeit: Freitag, 18.00-19.00 / 19.00-20:00 Uhr / je acht Einheiten á 60 min
Start: Fr., 5.10. 18 - **Ende:** Fr., 23.10.18
TN-Gebühr: 98,00 Euro (Mitglieder: 68,—) **Anmeldungen nur bei PhysioG**
zudem Montag / Dienstag / Donnerstag: 10:30-11:30 h
ständig: Orthopädie- / Diabetiker-REHASPORT mit **PhysioG**

info@physiog.de
Tel.: 9283/592959
95111 Rehaus - Schillerplatz 6