



Kurs - Programm

Winter / Frühjahr 2020
Ringerhalle + Hallenbad Rehau

Neueinsteiger / Anfänger bei allen Kursen Willkommen !

ÄNDERUNGEN
VORBEHALTEN

Ringerhalle—95111 Rehau - Sofienstraße 26

- Qi Gong

Vorkenntnisse nicht erforderlich!

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

Kurszeit: Mittwoch, 17:30 - 18:45 Uhr zehn Einheiten á 75 min
Start: Mittwoch, 5. Februar 2020 - **Ende:** Mi., 8. April 2020
TN-Gebühr: 86,00 Euro (Mitglieder: 60,--)

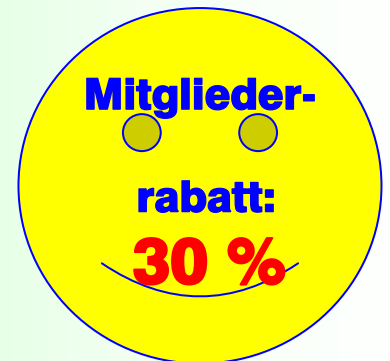
- Krav Maga

Vorkenntnisse nicht erforderlich!

Selbstverteidigung, Selbst-
behauptung, Zivilcourage mit
Max Köppel -KM-Instructor

Kurszeit:
Jeden Mittwoch, 19:00 - 20:30 h (Regeltraining)
- je Einheit á 90 min (kein Kurs: jeweilige Bekanntgabe)
Neustart/Wiederbeginn: Mi., 08.01.2020
TN-Gebühr: Zehnerkarte: 70,00 Euro (Mitglieder 50,--)

Krav Maga
- ganzjährig im Angebot -
- Einstieg jederzeit möglich! -



Bei allen Kursen!

Hallenbad Stadt Rehau - Pilgramsreuther Str. 46

- in der TN-Gebühr enthalten: Eintritt + Nutzung Dampfbad -

- Aqua-Gymnastik

von und mit **PhysioG Rehau**
- Rehabilitation- und Präventionszentrum

- zertifizierter Kurs -
Kostenbeteiligung
Krankenkassen § 20 SGB V

Kurszeit: Freitag, 15.00-15.45 Uhr acht Einheiten á 45 min
Start: Fr., 7. Feb. 2020 - **Ende:** Fr., 24. April 2020
TN-Gebühr: 110,00 Euro (Mitglieder: 77,--)

Anmeldungen nur bei PhysioG

zudem: **Dienstag / Donnerstag: 10:30-11:30 h**
REHASPOT mit **PhysioG** in der Ringerhalle

info@physiog.de
Tel.: 9283/592959
95111 Rehau —Schillerplatz 6