

Allgemeine Kurs-Informationen

Alle Kurse finden in Zusammenarbeit mit Anke Lepper Gesundheitskurse statt.

Die Teilnehmerzahl je Kurs ist begrenzt und eine verbindliche Anmeldung deshalb erforderlich.

Weitere Leistungen: Manuelle Therapie, Babymassage, Bobath, Vojta, PNF, Faszien Behandlung, Reflektorische Atemtherapie, Massage, Hausbesuche, CMD, Sportphysiotherapie etc.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgenden Kurs an:

Kursname _____ Kursbeginn _____

Vorname _____ Name _____

Straße _____

PLZ _____ Ort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Unterschrift _____

[Bitte senden Sie uns dieses Formular ausgefüllt per Post oder E-Mail zu.]

Martin Crede Praxis für Physiotherapie & APM

Herzogsfreudenweg 1
53125 Bonn

Tel.: 02 28 / 25 24 62

Fax: 02 28 / 92 58 64 8

Email: info@physiocrede.de

Öffnungszeiten:

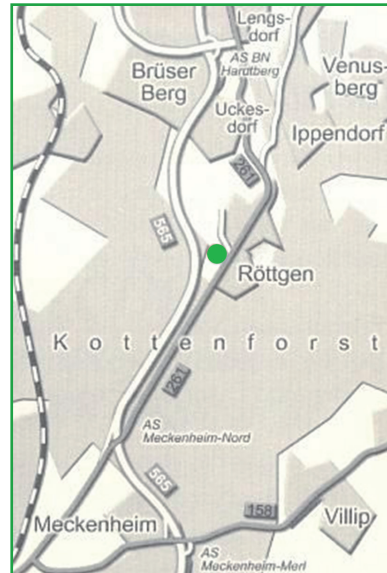
Mo - Mi: 8.00 - 19.00 Uhr

Do: 8.00 - 20.30 Uhr

Fr: 8.00 - 17.00 Uhr

Termine nur nach Vereinbarung

So finden Sie uns:



www.physiocrede.de

FIT IN DEN HERBST

Unser Kursangebot
für August bis Oktober
2020

Pilates

Fitness für
Frauen

Functional
Training

Yoga

www.physiocrede.de

Fitness für Frauen

Die perfekte Kombination aus Kräftigungsübungen und Ausdauertraining für den ganzen Körper – von Frau für Frauen.

Kursleitung: Rebecca Echternach, Physiotherapeutin

Zeit: **Freitags, 10.00 - 11.00 Uhr**

Kursdaten: 14.08., 21.08., 28.08., 04.09.,
11.09., 18.09., 25.09., 02.10.

Kosten: 124,00 € (8 Einheiten)



Neu im Programm

Galileo® Training Starker Rücken

Diesen Online-Präventionskurs zum Thema Rückengesundheit können Sie bei uns in der Praxis auf dem Galileo® absolvieren und somit die Effekte vervielfachen.



8 Einheiten in 8 Wochen – für noch mehr Erfolg beim Kampf gegen Rückenschmerz!

Kostenerstattung zwischen 80 und 100 % nach § 20 durch die gesetzlichen Krankenkassen.

Functional Training

Kleingruppentherapie zur Verbesserung der Koordination und Rumpfstabilität bei dynamischen Bewegungen.

Kraft und Ausdauer werden an vier Stationen trainiert: Physio Sling, Ergometer, Galileo Pt und auf der Matte. Jede Station bietet unzählige Möglichkeiten, Bewegungen zu trainieren – für jede Körperregion ist etwas dabei und es darf geschwitzt werden! Zum Cooldown gibt es eine fasziale Dehnheit auf der Blackroll.

Das Training in der Kleingruppe mit max. vier Teilnehmern ist sehr effektiv und effizient. Die Übungen werden individuell angepasst und physiotherapeutisch überwacht.

Kursleitung: Martin Crede, Physiotherapeut

Zeit: **Dienstags, 18.00 - 19.00 Uhr**

Kursleitung: Ivonne Ulrich, Physiotherapeutin

Zeit: **Dienstags, 19.00 - 20.00 Uhr**

Kursdaten: 18.08., 25.08., 01.09., 08.09.,
15.09., 22.09., 29.09., 06.10.

Kosten: 172,00 € (8 Einheiten)

Kursleitung: Andrea Reifferscheid, Physiotherapeutin

Zeit: **Mittwochs, 19.00 - 20.00 Uhr**

Kursdaten: 12.08., 19.08., 26.08., 02.09., 09.09.,
16.09., 23.09., 30.09., 07.10.

Kosten: 193,50 € (9 Einheiten)

Kursleitung: Rebecca Echternach, Physiotherapeutin

Zeit: **Donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr**

Kursdaten: 13.08., 20.08., 27.08., 03.09., 10.09.,
17.09., 24.09., 01.10., 08.10.

Kosten: 193,50 € (9 Einheiten)

Unsere Dauerbrenner

Pilates

Kursleitung: Rebecca Echternach, Physiotherapeutin

Zeit: **Montags, 18.00 - 19.00 Uhr**
und 19.15 - 20.15 Uhr

Kursdaten: 17.08., 24.08., 31.08., 07.09.,
14.09., 21.09., 28.09., 05.10.

Kosten: 124,00 € (8 Einheiten)

Yoga

Kursleitung: Elke Drewitz, Yogalehrerin

Zeit: **Donnerstags, 19.20 - 20.50 Uhr**

Kursdaten: 27.08., 03.09., 10.09., 17.09.,
24.09., 01.10., 08.10.

Kosten: 148,75 € (7 Einheiten)



Corona-Information:

Zum Schutz Ihrer Gesundheit haben wir die Teilnehmerzahl der Kurse auf max. 7 begrenzt. Für die zusätzlichen Reinigungskosten haben wir uns erlaubt, die Kursgebühren um 2,50 € je Teilnehmer und Einheit zu erhöhen. Sollte ein Kurs aufgrund der Pandemie teilweise oder ganz ausfallen, bekommen Sie den Ausfall in voller Höhe erstattet. Wir danken für Ihr Verständnis - bleiben Sie gesund!