

VORBEUGENDES RÜCKENTRAINING

Präventionskurs Wirbelsäulengymnastik

Donnerstag ab 16. Februar - 19:00 Uhr

vorbeugendes RÜCKENTRAINING

PRÄVENTIONSKURS Wirbelsäulengymnastik

nächster Kurs - ab Do. 16. Februar - 19:00 Uhr

viele Krankenkassen übernehmen einen Teil der Kursgebühr

Prävention ist sinnvoll und häufig notwendig. Sie unterstützt eine gesunde Lebensweise und kann so das Entstehen von Krankheiten verhindern oder verzögern.



Ein starker Rücken kennt keine Schmerzen

- 80% aller Rückenbeschwerden haben ihren Ursprung in einer zu schwachen Rückenmuskulatur.
- Gut trainierte Rückenmuskeln stützen die Wirbelsäule und entlasten die Bandscheiben.
- Mit einem starken Rücken wirkt man aufrecht und selbstbewusst.
- Ebenso kann ein trainierter Rücken auch

plötzlichen ungewohnten Belastungen, die sich im Alltag nicht immer vermeiden lassen, besser standhalten.

Präventionskurs

wo liegt der Unterschied zu unseren anderen Kursstunden.

Ihre Vorteile

- Unser hochwertiger Präventionskurs, ist nach §20 SGB V von der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert und kann von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.
- Die gesetzlichen Krankenkassen fördern die Teilnahme an unseren Kursen. Abhängig von der jeweiligen Krankenkasse werden bis zu 80% der Kursgebühren übernommen.
- Für die Teilnahme sind weder ein Rezept noch eine Mitgliedschaft nötig. Pro Jahr können bis zu 2 Kurse bezuschusst werden.

Geprüft und zertifiziert nach "Deutschem Standard Prävention"

- eine hohe und gleichbleibende Kursqualität
- eine Gruppengröße von maximal 15 Teilnehmern je Kurs
- eine individuelle Betreuung
- die Anerkennung als qualifizierte Maßnahme nach §20 SGB V
- die Übernahme eines Teils der Kursgebühr



Wirbelsäulengymnastik Präventionskurs

Donnerstags 19:00 - 20:00 Uhr

Kursbeginn: 16. Februar

Dauer: 10 Wochen

(16.02 - 20.04)

Kursgebühr: 130,- €

die meisten Krankenkassen übernehmen einen Teil der Kursgebühr.

Beispielrechnung:

Kursgebühr: 130,- €

Anteil Krankenkasse z.B. 80%: 104,- €

Ihr Eigenanteil nach Erstattung: 26,- €

Ablauf:

Die Kursgebühr ist fällig vor Beginn des Kurses. Nach Abschluss erhalten sie für Ihre Teilnahme eine Bestätigung von uns. Diese reichen sie bei Ihrer Krankenkasse ein. Ihre Krankenkasse erstattet Ihnen dann den Zuschuss. Bitte Informieren Sie sich vorab bei Ihrer Krankenkasse über den Zuschuss für Präventionskurse.

Online Anmeldung

10,- Eur - Rabatt

Bring uns diesen Coupon zu deiner Anmeldung mit und du erhältst 10,- Eur Rabatt auf unseren Präventionskurs vom 16. Februar bis 20. April 2017

Angebot endet am 16. Februar 2017

groupfit | Schatzbogen 62 | 81829 München | 089-45450666 | info@groupfit.de | www.groupfit.de

SIE FINDEN UNS AUCH UNTER:

