



Daniel Köntopf Personal Training

Gesundheitskurse mit Krankenkassenzuschluss Herbst 2024



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Samstag	Infos
OFFENE KURSTERMINE Rückenfitness Di + Do 19 Uhr Sa 17 Uhr <u>Entspannung PMR</u> Mi 19 Uhr wöchentlich in den Ferien Di, 23.07 bis Sa, 24.08	Beckenbodenfit & Beckenbodentraining 13.08 - 08.10.24 (2/9) 15.10 - 10.12.24 (2/9) 10.00 – 10.45 Uhr 165 €	Daimler BKK = 150 € Siemens BK = 80 € BKK Herkules = 560 € p.a. Audi BKK = 90 € HEK = 100 € IKK Südwest = 150 € KKH = 80 €	Kursraum-Neubau < Fußbodenheizung < ruhige Lage < Parkplätze vor Ort < Außenbereich < barrierefrei	Beckenbodenfit & Beckenbodentraining 19.10 – 14.12.2024 15.00 – 15.45 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € 3 Plätze frei	
Pronova BKK = 75 € Knappschaft = 80 € hkk = 100 € R+V BKK = 100 € BKK Pfalz = 150 € Energie BKK = 80 € mhplus KK = 100 €	RÜCKENFitness am Schlingentrainer 15.10 - 10.12.2024 18.00 – 18.45 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € ausgebucht	AOK Hessen = 150 € Barmer = 75 € Techniker = 75 € DAK = 75 € Bahn BKK = 150 € IKK Classic = 75 € Cont. BKK = 250 € p.a.	RÜCKENFitness am Schlingentrainer 17.10 - 12.12.2024 18.00 – 18.45 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € ausgebucht	RÜCKENFitness am Schlingentrainer 19.10 – 14.12.2024 16.15 – 17.00 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € ausgebucht	Reiseübersicht 2024 <i>Schönau Sportreise</i> 17.05 – 25.05.2024 <i>Schönau Bildungsurlaub</i> 26.05 – 02.06.2024 <i>Edersee Bildungsurlaub</i> 17.06 – 21.06.2024 Zugspitze Bildungsurlaub 26.08 - 30.08.2024 Sylt Sportreise 20.09 – 26.09.2024
YOGA für den Rücken 14.10 - 09.12.2024 18.00 – 18.45 Uhr 9 x 45 Minuten 180 € 3 Plätze frei	RÜCKENFitness am Schlingentrainer 15.10 - 10.12.2024 19.00 – 19.45 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € ausgebucht	YOGA für den Rücken 16.10 - 11.12.2024 18.00 – 18.45 Uhr 9 x 45 Minuten 180 € ausgebucht	RÜCKENFitness am Schlingentrainer 17.10 - 12.12.2024 19.00 – 19.45 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € ausgebucht	RÜCKENFitness am Schlingentrainer 19.10 – 14.12.2024 17.30 – 18.15 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € 4 Plätze frei	
Tai Chi & Qigong für den Rücken 14.10 - 09.12.2024 19.15 – 20.00 Uhr 9 x 45 Minuten 180 € 1 Platz frei	RÜCKENFitness am Schlingentrainer 15.10 - 10.12.2024 20.00 – 20.45 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € ausgebucht	Progressive Muskelentspannung 16.10 - 11.12.2024 19.15 – 20.00 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € 1 Platz frei	RÜCKENFitness am Schlingentrainer 17.10 - 12.12.2024 20.00 – 20.45 Uhr 9 x 45 Minuten 165 € ausgebucht	Urlaub? Krankheit? Einheit verpasst? Nach Abschluss der offiziellen 9 Kurseinheiten finden 2 – 3 zusätzliche Nachholtermine statt! Osterferien (Hessen) = 25.03 – 12.04.2024 Sommerferien (Hessen) = 15.07 – 23.08.2024 Herbstferien (Hessen) = 14.10 – 25.10.2024	

weitere Informationen unter www.dkpt.de

Krankenkassenzuschluss für 2 Kurse pro Jahr

* freie Plätze / Plätze | **Stand 24.07.2024**

20 % Ermäßigung auf den 3. Kurs in 2024

Daniel Köntopf | Naumburger Straße 50
Personal Training | 34466 Wolfhagen-Bründersen

Anmeldung & Infos | hallo@dkpt.de
 0174 27 83 162 | www.dkpt.de

