



GESUND & STARK

FÜR JEDERMANN

Montag 16:45 - 17:45

Sanftes Ganzkörpertraining für
Kraft, Beweglichkeit, Koordination
und Balance in Kleingruppen

Zeiträume:

Kurs 1: 27.10.25 – 15.12.25 (8 x)

Kurs 2: 12.01.26 – 09.03.26 (8 x)

thera⁺plus



Kurs1

27.10.25, 03.11.25, 10.11.25
17.11.25, 24.11.25, 01.12.25
08.12.25, 15.12.25

Kurs 2

12.01.26, 19.01.26, 26.01.26
02.02.26, 09.02.26, 23.02.26
02.03.26, 09.03.26

ein Kurs: **115,00 €**
beide Kurse: **200,00 €**



- ✚ Nur blockweise buchbar,
1. und/oder 2. Kurs
- ✚ Keine einzelnen Termine buchbar



Anmeldung & weitere Infos:

08531-9132001

praxis@mein-thera-plus.de

thera⁺plus