



Im Rahmen des § 20 SGB V haben die Primär- und Ersatzkassen den Auftrag, Leistungen zur primären Prävention anzubieten.
Bitte lassen Sie sich die Teilnahme vor Buchung von Ihrer Krankenkasse genehmigen.

**Gesundheit und Schmerzfreiheit durch
Qi - Gong**

Kursleitung: Helga Ladel
Ort: W ö r t

Tel.: 07964 - 1572

Montag: 17.00/18.15 Uhr

Kurs 10 Einheiten

Qi - Gong

Kursleitung: Klaus Hölzemann
Ort: Dinkelsbühl, Förderschule - Übungsraum

Tel.: 09854 -979890

Mittwoch: 18:30 Uhr

Kurs 10 Einheiten

Y O G A

Kursleitung: Birgit Nagler
Ort: Dinkelsbühl, „Krankenpflege - Schule“
vor dem Krankenhaus

Tel.:09857-975588

Mittwoch: 19.00 Uhr und 20.25 Uhr

Donnerstag: 18.45 Uhr und 20.15 Uhr

Kurs 10 Einheiten

Entspannungskurs

Kursleitung: Anneliese Müller
Ort: Schopfloch

Tel.: 07951-964713

Mittwoch: 18:00 Uhr

Kneipp-Wassergymnastik

Kursleitung: Regina Hammerich
Freitag: 17.00 Uhr im Hallenbad

Tel.: 09851-554202

Kursgebühren und nähere Informationen sind beim Übungsleiter zu erfragen!

Für ausreichende Bewegung findet jeweils dienstags unser Walking-Treff statt. Wir treffen uns im Winter um 17.00 Uhr am Wörnitz-Tor und im Sommer um 18.00 Uhr an der Mutschach Reithalle

