



ANKE GÜNTHER
TRAINING

PRÄVENTIVES RÜCKENTRAINING

Jetzt Anmelden und aktiv sein

Inhalt Mix aus funktionellen Übungen und Übungen an Trainingsgeräten und Besprechung eines Heimprogramms

Ziel Verbesserung der Beweglichkeit, Rumpfstabilisation und Koordination

Für wen Sie arbeiten viel – z. B. am Schreibtisch – und haben wenig Zeit für Sport?
Sie möchten gesund bleiben und insbesondere Rückenbeschwerden präventiv entgegenwirken?

Wann **Dienstags, 22.03. – 24.05.2022**
18–19 Uhr
1. Termin 17.30–19 Uhr

Dauer 10 x 60 Min. (1. Termin 90 Min.)

Kosten 160,– EUR

ca. 80 %ige Kostenerstattung durch Ihre Krankenkasse bei regelmässiger Teilnahme
Zahlung vor Kursbeginn

Anmeldung Verbindliche Anmeldung bis zum **08.03.2022** erbeten.
Anmeldung telefonisch, per Mail oder direkt in der Praxis.

Sprechen Sie uns an – wir beraten Sie gern!
Ihr Team Praxis Anke Günther

ANMELDUNG

Präventionsmaßnahme "Präventives Rückentraining"

Kursdatum: 22.03. – 24.05.2022

Uhrzeit: 18–19 Uhr (1. Termin 17.30 Uhr)

Kursgebühr: 160,- EUR

Rückantwort an:

ANKE GÜNTHER

Praxis für Physiotherapie
und medizinisches Gerätetraining
Schillerstraße 44a
22767 Hamburg

Name, Vorname:

Straße, Hausnr.:

PLZ, Ort:

Telefon:

Email:

Krankenkasse:

Für unsere Vorbereitung des Kurses:

Körpergröße **cm**

Gewicht **kg**

Geburtsdatum

UNSERE EMPFEHLUNG FÜR SIE: GESUNDHEITSANALYSE/KRAFTMESSUNG (30 MIN.)

- Ja, ich möchte vor Kursbeginn einen Termin zur Gesundheitsanalyse zum Preis von 30,- EUR vereinbaren.
- Nein, ich möchte keinen Termin zur Gesundheitsanalyse.

- Barzahlung bis 08.03.2022
- Überweisung bis 08.03-2022

HypoVereinsbank
IBAN: DE03 2003 0000 0603 1644 01
BIC: HYVEDEMM300

WIR FREUEN UNS AUF IHRE TEILNAHME!

* Die Zusage ist verbindlich. Bei kurzfristiger Absage (bis zu 14 Tagen vor Kursbeginn) ist die volle Kursgebühr zu zahlen.